

(Детсад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак 146 **Кабачковая икра**40 **Яйцо вареное**48 **Зефир**200 **Чай с сахаром***Чай, Сахар-песок, *Вода*

Итого за Завтрак 1

Завтрак 2193 **Сок 10-30 час**

Итого за Завтрак 2

Обед50 **Хлеб ржаной**5 **Соль**200 **Компот из с/ф***Сухофрукты, Сахар-песок, *Вода*34 **Помидор соленый**73 **Картофель отварной с маслом***Картофель, Масло сливочное*200 **Суп-лапша на м/б***Макаронные изделия, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Масло растительное, *Вода*

Итого за Обед

Полдник81 **Плюшка***Мука пшеничная, Молоко свежее 2,5 %, Яйцо куриное, Сахар-песок, Масло сливочное, Масло растительное, Дрожжи*193 **Кефир**

Итого за Полдник

Ужин30 **Хлеб пшеничный**200 **Кофейный напиток***Кофейный напиток, Сахар-песок, *Вода*200 **Молочная пшеничная каша жидкая***Молоко свежее 2,5 %, Масло сливочное, Сахар-песок, Пшеничная крупа*

Итого за Ужин

Итого за

См. ссрВз