

**ДС(173) Сад(3-7 лет) Новое меню (Июль)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
30	<b>Соус сметанный /Сад/</b> <i>Сметана 15%, *Вода, Мука пшеничная</i>	Витамин С-0, Жиры-1, ЭЦ-11, Углеводы-1, Белки-0
180	<b>Какао с молоком /Сад/</b> <i>Сахар-песок, Молоко 2,5%, *Вода, Какао-порошок</i>	Витамин С-0, Углеводы-15, Белки-3, Жиры-3, ЭЦ-98
30	<b>Хлеб пшеничный /Сад/ 30</b> <i>Хлеб пшеничный</i>	Жиры-1, Белки-3, Углеводы-17, ЭЦ-87
150	<b>Запеканка из творога /Сад/150</b> <i>Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Яйцо, Сухари панировочные, Сметана 15%, Крупа манная, Творог 5%</i>	Углеводы-27, Белки-28, Витамин С-1, Жиры-18, ЭЦ-390
390	<b>Итого за Завтрак</b>	Витамин С-1, Жиры-23, ЭЦ-586, Углеводы-60, Белки-34
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
134	<b>Абрикосы свежие /Сад/ 100</b> <i>Абрикос свежий</i>	Жиры-0, Белки-1, ЭЦ-48, Витамин С-10, Углеводы-11
134	<b>Итого за Завтрак 2</b>	Жиры-0, Белки-1, ЭЦ-48, Витамин С-10, Углеводы-11
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Хлеб пшеничный /Сад/ 30</b> <i>Хлеб пшеничный</i>	Жиры-1, Белки-3, Углеводы-17, ЭЦ-87
200	<b>Жаркое по-домашнему /Сад/ 200</b> <i>Масло сливочное 72,5%, Лук репчатый, Мясо говядина, Картофель, Томат-паста(360г)</i>	Углеводы-22, Жиры-9, Витамин С-28, Белки-22, ЭЦ-258
2	<b>Укроп /Сад/ 2г</b> <i>Зелень укропа</i>	Витамин С-2, Белки-0, Углеводы-0, Жиры-0, ЭЦ-1
3	<b>Соль (на день)</b> <i>Соль</i>	
180	<b>Кисель из сухофруктов /Сад/ 180</b> <i>Крахмал, Сахар-песок, Сухофрукты (смесь), Кислота лимонная, *Вода</i>	Жиры-0, Углеводы-36, ЭЦ-145, Белки-1
200	<b>Суп с рыбными консервами /Сад/ 200</b> <i>Морковь, Крупа рисовая, Масло сливочное 72,5%, Лук репчатый, Консервы рыбные, Картофель, *Вода</i>	Витамин С-12, Белки-9, ЭЦ-125, Углеводы-14, Жиры-4
49	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Сад/ 50</b> <i>Хлеб дарницкий</i>	Жиры-2, Белки-5, Углеводы-25, ЭЦ-133
60	<b>Салат из капусты белокачанной, огурцов и сладкого перца /Сад/ 60</b> <i>Капуста белокачанная, Масло растительное, Огурцы, Перец болгарский</i>	Углеводы-2, Белки-1, Витамин С-12, Жиры-4, ЭЦ-49
724	<b>Итого за Обед</b>	Жиры-20, Белки-41, Углеводы-116, ЭЦ-798, Витамин С-54
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
130	<b>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным</b> <i>Макаронные изделия, Масло сливочное 72,5%</i>	Углеводы-9, Жиры-4, Белки-2, ЭЦ-77
80	<b>Соус сметанный /Сад/ 80г</b> <i>Сметана 15%, *Вода, Мука пшеничная</i>	Витамин С-0, Жиры-2, Углеводы-5, Белки-1, ЭЦ-44
80	<b>Тефтели из печени с рисом /Сад/ 80</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное 72,5%, Яйцо, Лук репчатый, Печень говяжья, *Вода</i>	Белки-9, ЭЦ-167, Витамин С-13, Углеводы-12, Жиры-9
20	<b>Хлеб пшеничный /Сад/</b> <i>Хлеб пшеничный</i>	Жиры-0, Белки-2, Углеводы-11, ЭЦ-58
179	<b>Кефир /Сад/</b> <i>Кефир 2,5%</i>	ЭЦ-113, Углеводы-6, Белки-9, Жиры-5, Витамин С-1
20	<b>Печенье /Сад/ 20</b> <i>Печенье</i>	Углеводы-1, Белки-1, ЭЦ-11, Витамин С-0, Жиры-1
50	<b>Икра кабачковая для детского питания /Сад/ 50</b> <i>Икра кабачковая</i>	Углеводы-4, Жиры-4, ЭЦ-60, Белки-1, Витамин С-4
559	<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	Углеводы-48, Жиры-25, Белки-25, ЭЦ-530, Витамин С-18
1 807	<b>Итого за день</b>	Витамин С-83, Жиры-68, ЭЦ-1 962, Углеводы-235, Белки-101



**ДС(173) Ясли (1,5 -3 лет) Новое меню (Июль)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
160	<b>Какао с молоком /Ясли/ 160</b> <i>Сахар-песок, Молоко 2,5%, *Вода, Какао-порошок</i>	Витамин С-0, Белки-3, ЭЦ-86, Жиры-2, Углеводы-13
15	<b>Соус сметанный /Ясли/</b> <i>Сметана 15%, *Вода, Мука пшеничная</i>	Жиры-0, ЭЦ-8, Витамин С-0, Углеводы-1, Белки-0
20	<b>Хлеб пшеничный /Ясли/ 20</b> <i>Хлеб пшеничный</i>	Углеводы-11, ЭЦ-58, Белки-2, Жиры-0
130	<b>Запеканка из творога /Ясли/130</b> <i>Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Яйцо, Сухари панировочные, Сметана 15%, Крупа манная, Творог 5%</i>	Углеводы-24, Витамин С-1, ЭЦ-338, Белки-24, Жиры-16
325	<b>Итого за Завтрак</b>	Витамин С-1, Белки-29, ЭЦ-490, Жиры-18, Углеводы-49
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
127	<b>Абрикосы свежие /Ясли/ 95</b> <i>Абрикос свежий</i>	
127	<b>Итого за Завтрак 2</b>	
<b><u>Обед</u></b>		
20	<b>Хлеб пшеничный /Ясли/ 20</b> <i>Хлеб пшеничный</i>	Углеводы-11, ЭЦ-58, Белки-2, Жиры-0
180	<b>Кисель из сухофруктов /Ясли/ 180</b> <i>Крахмал, Сахар-песок, Сухофрукты (смесь), Кислота лимонная, *Вода</i>	Углеводы-36, ЭЦ-145, Белки-1, Жиры-0
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Ясли/</b> <i>Хлеб дарницкий</i>	Белки-2, ЭЦ-46, Жиры-0, Углеводы-10
160	<b>Жаркое по-домашнему /Ясли/ 160</b> <i>Масло сливочное 72,5%, Лук репчатый, Мясо говядина, Картофель</i>	Жиры-7, Углеводы-19, Витамин С-22, ЭЦ-204, Белки-17
3	<b>Соль (на день)</b> <i>Соль</i>	
1	<b>Укроп /Ясли/ 1г</b> <i>Зелень укропа</i>	Белки-0, ЭЦ-1, Витамин С-2, Жиры-0, Углеводы-0
42	<b>Салат из капусты белокачанной, огурцов и сладкого перца /Ясли/ 40</b> <i>Капуста белокачанная, Масло растительное, Огурцы, Перец болгарский</i>	Жиры-3, Витамин С-8, Углеводы-1, ЭЦ-32, Белки-0
180	<b>Суп с рыбными консервами /Ясли/ 180</b> <i>Морковь, Крупа рисовая, Масло сливочное 72,5%, Лук репчатый, Консервы рыбные, Картофель, *Вода</i>	Белки-8, Жиры-4, Витамин С-11, Углеводы-12, ЭЦ-112
606	<b>Итого за Обед</b>	Углеводы-89, ЭЦ-598, Белки-30, Жиры-14, Витамин С-43
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
20	<b>Хлеб пшеничный /Ясли/ 20</b> <i>Хлеб пшеничный</i>	Углеводы-11, ЭЦ-58, Белки-2, Жиры-0
50	<b>Тефтели из печени с рисом /Ясли/ 50</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное 72,5%, Яйцо, Лук репчатый, Печень говяжья, *Вода</i>	Жиры-6, Углеводы-8, Витамин С-8, ЭЦ-105, Белки-6
20	<b>Печенье /Ясли/ 20</b> <i>Печенье</i>	Углеводы-1, Жиры-1, ЭЦ-11, Белки-1, Витамин С-0
60	<b>Соус сметанный /Ясли/ 60г</b> <i>Сметана 15%, *Вода, Мука пшеничная</i>	Белки-1, Витамин С-0, Жиры-2, ЭЦ-33, Углеводы-4
40	<b>Икра кабачковая для детского питания /Ясли/</b> <i>Икра кабачковая</i>	Белки-1, Жиры-4, Витамин С-3, ЭЦ-48, Углеводы-3
110	<b>Макаронные изделия отварные с маслом /Ясли/ 110</b> <i>Макаронные изделия, Масло сливочное 72,5%</i>	ЭЦ-71, Углеводы-8, Белки-1, Жиры-4
149	<b>Кефир/Ясли/</b> <i>Кефир 2,5%</i>	ЭЦ-95, Витамин С-1, Углеводы-5, Жиры-4, Белки-8
449	<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	Углеводы-40, ЭЦ-421, Белки-20, Жиры-21, Витамин С-12
1 507	<b>Итого за день</b>	Витамин С-56, Белки-79, ЭЦ-1 509, Жиры-53, Углеводы-178