

ЯСЛИ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
10	сыр твердый ЯСЛИ	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3
Итого за Завтрак		Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3
Итого за день		Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3

Заведующий
МБДОУ
Динской район

детский сад № 7

14.04.2025 (Ясли (7 сад), 2пп)

ясли (Ясли (7 сад))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
110	Макаронные изделия отварные ЯСЛИ макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32
50	Яйца варёные ЯСЛИ	Калорийность-79, Белки-5, Жиры-5
40	Икра кабачковая Ясли	Калорийность-36, Жиры-2, Углеводы-2
20	Хлеб пшеничный ЯСЛИ	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-9
10	масло сливочное ЯСЛИ	Калорийность-125, Жиры-13
150	Чай с сахаром ЯСЛИ сахар, чай	
Итого за Завтрак		Калорийность-472, Белки-10, Жиры-24, Углеводы-43
<u>2 завтрак</u>		
150	Яблоки ЯСЛИ	Калорийность-65, Углеводы-15
Итого за 2 завтрак		Калорийность-65, Углеводы-15
<u>Обед</u>		
40	Огурец соленый ЯСЛИ	Калорийность-5
150	Борщ с капустой и картофелем Ясли картофель, свекла, капуста свежая, морковь, томатная паста, лук, соль пищевая, сметана, масло растительное, масло сливочное, сахар, зелень, чеснок, лавровый лист	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
140	Жаркое по-домашнему ясли картофель, мясо (свинина), лук, масло растительное, томатная паста, соль пищевая	Калорийность-293, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-16
20	Хлеб пшеничный ЯСЛИ	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-9
40	Хлеб ржаной ЯСЛИ	Калорийность-80, Белки-2, Углеводы-16
150	Компот из сухофруктов ЯСЛИ сухофрукты, сахар	Калорийность-35, Углеводы-6
Итого за Обед		Калорийность-542, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-58

Полдник

120 **Пудинг творожный запечённый ЯСЛИ** Калорийность-176, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-15

творог, крупа манная, изюм, ванилин, сухари панировочные, яйцо, сахар, сметана, соль пищевая

30 **Соус молочный сливовый ЯСЛИ** Калорийность-59, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2

молоко, сметана, сахар, мука пшеничная, масло сливочное, ванилин

150 **Какао с молоком ЯСЛИ** Калорийность-62, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5

молоко, сахар, какао

Итого за Полдник Калорийность-297, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-22

Ужин

24 **Печенье ЯСЛИ**

150 **Кефир ЯСЛИ** Калорийность-80, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-6

Итого за Ужин Калорийность-80, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-6

Итого за день Калорийность-1 456, Белки-43, Жиры-58, Углеводы-144

Заведующий
МБДОУ
Динской район
