

# Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
150	<b>Каша Дружба(ясли)</b> <i>Рисовая крупа, Пшеничная крупа, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль</i>	ККал-173, Белки-5, Жиры-7, У/в-24
30/6	<b>Хлеб пшеничный с маслом(ясли)</b> <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i>	ККал-144, Белки-3, Жиры-6, У/в-20
150	<b>Какао с молоком (ясли) 2019</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-146, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-463, Белки-12, Жиры-18, У/в-67
<b><u>Завтрак2</u></b>		
200	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-54, Белки-1, У/в-13
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-54, Белки-1, У/в-13
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Икра кабачковая(ясли)</b>	ККал-110, Белки-1, Жиры-9, У/в-6
200	<b>Суп с мясными фрикадельками (ясли)</b> <i>Куры, Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Яйцо, Морковь, Соль, Макароны изделия, Сметана</i>	ККал-106, Белки-5, Жиры-4, У/в-11
198	<b>Жаркое по-домашнему с мясом (ясли)</b> <i>Картофель, Куры, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль, Масло растительное</i>	ККал-265, Белки-13, Жиры-13, У/в-22
150	<b>Компот из сухофруктов(ясли)</b> <i>Сахар (песок), Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-82, У/в-21
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-72, Белки-3, У/в-14
<b>Итого за Обед</b>		ККал-635, Белки-22, Жиры-26, У/в-74
<b><u>Полдник</u></b>		
150	<b>Кисель ягодный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя -Золотой шар-, *Вода</i>	ККал-40, У/в-10
60	<b>Штоли'е изюмом (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль, Изюм</i>	ККал-179, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-219, Белки-4, Жиры-4, У/в-41
<b><u>Ужин</u></b>		
163	<b>Запеканка творожная с повидлом (ясли)</b> <i>Творог, Сахар (песок), Масло сливочное, Манная крупа, Масло растительное, Яйцо, Молоко, Повидло, Соль</i>	ККал-181, Белки-14, Жиры-9, У/в-10
150	<b>Чай с сахаром (ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-32, У/в-8
30	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-79, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-292, Белки-16, Жиры-10, У/в-33
<b>Итого за</b>		ККал-1 663, Белки-55, Жиры-58, У/в-228

Заведующая

Цепасва Н.А.



# Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
180	<b>Каша Дружба(сад)</b> <i>Рисовая крупа, Пшеничная крупа, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль</i>	ККал-243, Белки-7, Жиры-9, У/в-34
30/6	<b>Хлеб пшеничный с маслом(сад)</b> <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-4, У/в-16
180	<b>Какао с молоком (сад) 2019</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-476, Белки-13, Жиры-18, У/в-67
<b><u>Завтрак2</u></b>		
200	<b>Сок (сад)</b>	ККал-54, Белки-1, У/в-13
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-54, Белки-1, У/в-13
<b><u>Обед</u></b>		
90	<b>Икра кабачковая(сад)</b>	ККал-98, Белки-1, Жиры-8, У/в-5
250	<b>Суп с мясными фрикадельками (сад)</b> <i>Куры, Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль, Макароны изделия, Сметана</i>	ККал-111, Белки-6, Жиры-4, У/в-13
200	<b>Жаркое по-домашнему с мясом (сад)</b> <i>Картофель, Куры, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль, Масло растительное</i>	ККал-286, Белки-14, Жиры-15, У/в-24
180	<b>Компот из сухофруктов(сад)</b> <i>Сахар (песок), Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-74, У/в-19
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-660, Белки-24, Жиры-28, У/в-78
<b><u>Полдник</u></b>		
180	<b>Кисель ягодный (сад)</b> <i>Концентрат киселя -Золотой шар-, *Вода</i>	ККал-36, У/в-9
70	<b>Штоли'е изюмом (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль, Изюм</i>	ККал-212, Белки-5, Жиры-4, У/в-38
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-248, Белки-5, Жиры-4, У/в-47
<b><u>Ужин</u></b>		
177	<b>Запеканка творожная с повидлом(сад)</b> <i>Творог, Сахар (песок), Масло сливочное, Манная крупа, Масло растительное, Яйцо, Молоко, Повидло, Соль</i>	ККал-181, Белки-14, Жиры-9, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром(сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-36, У/в-9
40	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-322, Белки-17, Жиры-10, У/в-39
<b>Итого за</b>		ККал-1 760, Белки-60, Жиры-60, У/в-244

Заведующая

Цепяева Н.А.

