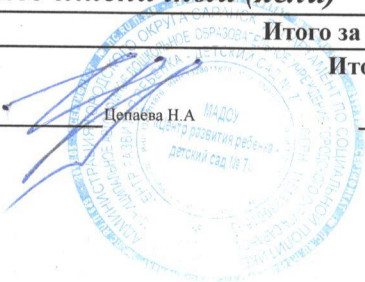


**Меню ДОУ (ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
150	<b>Каша геркулесовая молочная(ясли)</b> <i>Крупа геркулес, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль, *Вода</i>	ККал-179, Белки-6, Жиры-9, У/в-20
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>Кофейный напиток(ясли)2019</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-113, Белки-4, Жиры-3, У/в-18
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-436, Белки-13, Жиры-18, У/в-58
<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>		
50	<b>Томат солёный (ясли)</b>	
180	<b>Суп Охотничий'го сметаной (ясли)</b> <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода, Соль, Сметана, Пшеница крупа, Шейка индейки, Яйцо</i>	ККал-55, Белки-1, Жиры-1, У/в-8
180	<b>Жаркое по-домашнему с мясом (ясли)</b> <i>Картофель, Шейка индейки, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль, Масло растительное</i>	ККал-241, Белки-12, Жиры-12, У/в-20
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-450, Белки-16, Жиры-13, У/в-63
<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>Булочка Розовая'(ясли) 2019</b> <i>Мука пшеничная, Соль, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, *Вода, Масло сливочное, Свекла, Масло растительное</i>	ККал-157, Белки-5, Жиры-3, У/в-27
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-197, Белки-5, Жиры-3, У/в-37
<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-1 429, Белки-51, Жиры-44, У/в-204

Заведующая

Цеплева Н.А.



## Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	<b>Каша геркулесовая молочная(сад)</b> <i>Крупа геркулес, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль, *Вода</i>	ККал-143, Белки-5, Жиры-7, У/в-16
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>Кофейный напиток(сад)2019</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-3, У/в-22
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-387, Белки-11, Жиры-14, У/в-54
<u>Завтрак2</u>		
200	<b>Сок (сад)</b>	ККал-54, Белки-1, У/в-13
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-54, Белки-1, У/в-13
<u>Обед</u>		
50	<b>Томат солёный (сад)</b>	
200	<b>Суп Охотничий'го сметаной (сад)</b> <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода, Соль, Сметана, Пшеничная крупа, Шейка индейки, Яйцо</i>	ККал-92, Белки-4, Жиры-4, У/в-10
200	<b>Жаркое по-домашнему с мясом (сад)</b> <i>Картофель, Шейка индейки, 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-543, Белки-21, Жиры-20, У/в-70
<u>Полдник</u>		
180	<b>Кисель ягодный (сад)</b> <i>Концентрат киселя -Золотой шар-, *Вода</i>	ККал-36, У/в-9
70	<b>Булочка Розовая'(сад) 2019</b> <i>Мука пшеничная, Соль, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, *Вода, Масло сливочное, Свекла, Масло растительное</i>	ККал-183, Белки-6, Жиры-4, У/в-32
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-219, Белки-6, Жиры-4, У/в-41
<u>Ужин</u>		
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-1 525, Белки-56, Жиры-48, У/в-217

Заведующая

Цапаева Н.А.

