

Меню ДОУ (ясли)

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

Завтрак1

150	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль</i>	ККал-94, Белки-3, Жиры-5, У/в-10
30/6	Хлеб пшеничный с маслом(ясли) <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i>	ККал-144, Белки-3, Жиры-6, У/в-20
150	Какао с молоком (ясли) 2019 <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-146, Белки-4, Жиры-5, У/в-23

Итого за Завтрак1 ККал-384, Белки-10, Жиры-16, У/в-53**Завтрак2**

200	Яблоко (ясли)	ККал-86, Белки-1, У/в-22
-----	----------------------	--------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-86, Белки-1, У/в-22**Обед**

40	Икра овощная "Подомашнему"(ясли)	ККал-110, Белки-1, Жиры-9, У/в-6
180	Суп Уха"(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Пшеничная крупа, Масло растительное, Соль, *Вода, Сметана</i>	ККал-1
180	Рулет картофельный с мясом (ясли) <i>Картофель, Масло растительное, Масло сливочное, Соль, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Куры</i>	ККал-231, Белки-11, Жиры-11, У/в-21
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-82, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-72, Белки-3, У/в-14

Итого за Обед ККал-496, Белки-15, Жиры-20, У/в-62**Полдник**

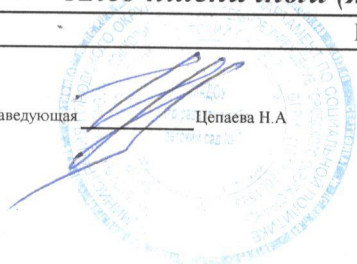
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-3, Жиры-3, У/в-4
70	Плюшка с сахаром (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль, *Вода</i>	ККал-171, Белки-5, Жиры-3, У/в-30

Итого за Полдник ККал-227, Белки-8, Жиры-6, У/в-34**Ужин**

137	Запеканка творожная с изюмом со сгущенным молоком (ясли) <i>Творог, Яйцо, Молоко, Манная крупа, Сахар (песок), Масло сливочное, Масло растительное, Изюм, Соль, Молоко сгущенное</i>	ККал-227, Белки-16, Жиры-12, У/в-14
150	Чай с сахаром (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-32, У/в-8
30	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-79, Белки-2, Жиры-1, У/в-15

Итого за Ужин ККал-338, Белки-18, Жиры-13, У/в-37**Итого за** ККал-1 531, Белки-52, Жиры-55, У/в-208

Заведующая Цепяева Н.А.



Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль</i>	ККал-121, Белки-5, Жиры-4, У/в-16
30/6	Хлеб пшеничный с маслом(сад) <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-4, У/в-16
180	Какао с молоком (сад) 2019 <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
Итого за Завтрак1		ККал-354, Белки-11, Жиры-13, У/в-49
<u>Завтрак2</u>		
200	Яблоко (сад)	ККал-86, Белки-1, У/в-22
Итого за Завтрак2		ККал-86, Белки-1, У/в-22
<u>Обед</u>		
60	Икра овощная По-домашнему'(сад)	ККал-65, Белки-1, Жиры-5, У/в-3
200	Суп Уха'(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Пшеничная крупа, *Вода, Масло растительное, Соль, Сметана</i>	ККал-1
220	Рулет картофельный с мясом (сад) <i>Картофель, Масло растительное, Масло сливочное, Соль, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Куры</i>	ККал-267, Белки-12, Жиры-13, У/в-24
200	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-82, У/в-21
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-17
Итого за Обед		ККал-506, Белки-16, Жиры-19, У/в-65
<u>Полдник</u>		
200	Молоко кипяченое(сад)	ККал-56, Белки-3, Жиры-3, У/в-4
80	Плюшка с сахаром (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль, *Вода</i>	ККал-214, Белки-6, Жиры-4, У/в-38
Итого за Полдник		ККал-270, Белки-9, Жиры-7, У/в-42
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная с изюмом со сгущенным молоком (сад) <i>Творог, Яйцо, Молоко, Манная крупа, Сахар (песок), Масло сливочное, Масло растительное, Изюм, Соль, Молоко сгущенное</i>	ККал-140, Белки-11, Жиры-7, У/в-8
200	Чай с сахаром(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-40, У/в-10
40	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20
Итого за Ужин		ККал-285, Белки-14, Жиры-8, У/в-38
Итого за		ККал-1 501, Белки-51, Жиры-47, У/в-216

Заведующая

Цепасева Н.А.

