

Меню ДОУ (сад)

Ед. изм.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
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
Завтрак2		
200	Яблоко (сад)	ККал-86, Белки-1, У/в-22
Итого за Завтрак2		ККал-86, Белки-1, У/в-22
Обед		
40	Огурец свежий (сад) <i>огурцы,</i>	ККал-5, У/в-1
200	Суп Уха'(сад) <i>Рыба минтай с м, 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-446, Белки-15, Жиры-14, У/в-63
Полдник		
200	Йогурт (сад)	
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-214, Белки-6, Жиры-4, У/в-38
Ужин		
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-1 385, Белки-47, Жиры-39, У/в-210

Заведующая



