

Меню ДОУ (сад)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------------------|---|--|
| <u>Завтрак1</u> | | |
| 200 | Каша пшеничная молочная жидкая(сад) <i>Пшеничная крупа, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль</i> | ККал-112, Белки-3, Жиры-5, У/в-13 |
| 30/6 | Хлеб пшеничный с маслом(сад) <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i> | ККал-113, Белки-2, Жиры-4, У/в-16 |
| 180 | Кофейный напиток(сад)2019 <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i> | ККал-131, Белки-4, Жиры-3, У/в-22 |
| Итого за Завтрак1 | | ККал-356, Белки-9, Жиры-12, У/в-51 |
| <u>Завтрак2</u> | | |
| 200 | Сок (сад) | ККал-54, Белки-1, У/в-13 |
| Итого за Завтрак2 | | ККал-54, Белки-1, У/в-13 |
| <u>Обед</u> | | |
| 50 | Томат свежий (сад) | |
| 250 | Свекольник с мясом со сметаной (сад) <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло растительное, *Бульон куриный, *Вода</i> | ККал-36, Белки-2, Жиры-1, У/в-5 |
| 70 | Шницель из мяса запеченный (сад) <i>Лук репчатый, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Куры, Сердце говяжье</i> | ККал-151, Белки-9, Жиры-9, У/в-9 |
| 150 | Пюре картофельное (сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль</i> | ККал-100, Белки-2, Жиры-3, У/в-15 |
| 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-460, Белки-16, Жиры-14, У/в-67 |
| <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> | | |
| 150/20 | Пудинг творожно манный со сгущенным молоком (сад) <i>Творог, Манная крупа, Масло сливочное, Сахар (песок), Яйцо, Молоко, Молоко сгущенное, Масло растительное, Соль</i> | ККал-335, Белки-21, Жиры-16, У/в-27 |
| 180 | Чай с сахаром(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i> | ККал-36, У/в-9 |
| 40 | Хлеб пшеничный (сад) | ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20 |
| Итого за Ужин | | ККал-476, Белки-24, Жиры-17, У/в-56 |
| Итого за | | ККал-1 616, Белки-59, Жиры-50, У/в-229 |

Заведующая

Целевая П.А.



Меню ДОУ (ясли)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------------------|--|--|
| <u>Завтрак1</u> | | |
| 150 | Каша пшениная молочная жидкая (ясли) <i>Пшениная крупа, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль</i> | ККал-90, Белки-3, Жиры-4, У/в-11 |
| 30/6 | Хлеб пшеничный с маслом(ясли) <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i> | ККал-144, Белки-3, Жиры-6, У/в-20 |
| 150 | Кофейный напиток(ясли)2019 <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i> | ККал-113, Белки-4, Жиры-3, У/в-18 |
| Итого за Завтрак1 | | ККал-347, Белки-10, Жиры-13, У/в-49 |
| <u>Завтрак2</u> | | |
| 200 | Сок (ясли) | ККал-54, Белки-1, У/в-13 |
| Итого за Завтрак2 | | ККал-54, Белки-1, У/в-13 |
| <u>Обед</u> | | |
| 50 | Томат свежий (ясли) | |
| 200 | Свекольник с мясом со сметаной(ясли) <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло растительное, *Бульон куриный, *Вода</i> | ККал-108, Белки-5, Жиры-4, У/в-12 |
| 60 | Шницель из мяса запеченный (ясли) <i>Лук репчатый, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Куры, Сердце говяжье</i> | ККал-134, Белки-8, Жиры-8, У/в-7 |
| 130 | Пюре картофельное (ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль</i> | ККал-77, Белки-2, Жиры-2, У/в-12 |
| 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-473, Белки-18, Жиры-14, У/в-66 |
| <u>Полдник</u> | | |
| 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 |
| <u>Ужин</u> | | |
| 130/20 | Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком (ясли) <i>Творог, Манная крупа, Масло сливочное, Сахар (песок), Яйцо, Молоко, Молоко сгущенное, Масло растительное, Соль</i> | ККал-236, Белки-16, Жиры-11, У/в-20 |
| 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-347, Белки-18, Жиры-12, У/в-43 |
| Итого за | | ККал-1 448, Белки-55, Жиры-45, У/в-205 |

Заведующий

Спасова Н.А.

