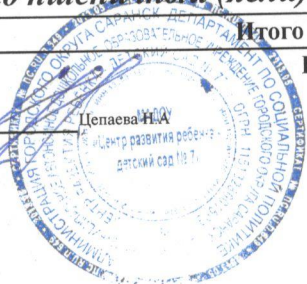


Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша рисовая молочная жидкая (ясли) <i>Рисовая крупа, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль</i>	ККал-197, Белки-5, Жиры-7, У/в-28
30/10	Хлеб пшеничный с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	ККал-161, Белки-3, Жиры-6, У/в-22
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-504, Белки-12, Жиры-18, У/в-73
<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>		
40	Салат Весенний(ясли) <i>Картофель, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Масло растительное, Соль</i>	ККал-40, Белки-1, Жиры-2, У/в-4
261	Суп- лапша (ясли) <i>Шейка индейки, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Масло растительное, *Вода, Сметана, Соль</i>	ККал-149, Белки-7, Жиры-4, У/в-20
66	Биточки мясные(ясли) <i>Масло растительное, Соль, Лук репчатый, Яйцо, Куры, Мука пшеничная, Масло сливочное, Сердце говяжье</i>	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-5
130	Свекла тушеная(ясли) <i>Свекла, Масло растительное, Соль, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Томат-паста</i>	ККал-69, Белки-2, Жиры-3, У/в-8
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-444, Белки-14, Жиры-10, У/в-72
<u>Полдник</u>		
150	Йогурт (ясли)	
25	Печенье нежное (ясли)	ККал-154, Белки-3, Жиры-8, У/в-19
Итого за Полдник		ККал-154, Белки-3, Жиры-8, У/в-19
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны, запеченные с сыром, с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Сыр, Масло сливочное, Соль, *Вода, Яйцо, Молоко</i>	ККал-225, Белки-7, Жиры-8, У/в-31
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-336, Белки-9, Жиры-9, У/в-54
Итого за		ККал-1 492, Белки-39, Жиры-45, У/в-231

Заведующая

Цепасва Н.А.



Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша рисовая молочная жидкая (сад) <small>Рисовая крупа, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль</small>	ККал-229, Белки-6, Жиры-8, У/в-33
40/10	Хлеб пшеничный с маслом(сад) <small>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</small>	ККал-157, Белки-3, Жиры-6, У/в-22
180	Какао с молоком (сад) 2019 <small>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</small>	ККал-120, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
Итого за Завтрак1		ККал-506, Белки-13, Жиры-19, У/в-72
<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>		
60	Салат Весенний(сад) <small>Картофель, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Масло растительное, Соль</small>	ККал-62, Белки-1, Жиры-3, У/в-7
261	Суп - лапша (сад) <small>Шейка индейки, Макаaronные изделия, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Масло растительное, *Вода, Сметана, Соль</small>	ККал-149, Белки-7, Жиры-4, У/в-20
80	Биточки мясные(сад) <small>Масло растительное, Соль, Лук репчатый, Яйцо, Куры, Мука пшеничная, Масло сливочное, Сердце говяжье</small>	ККал-38, Белки-2, Жиры-1, У/в-6
150	Свекла тушеная(сад) <small>Свекла, Лук репчатый, Масло растительное, Морковь, Масло сливочное, Соль, Томат-паста</small>	ККал-120, Белки-3, Жиры-5, У/в-16
180	Компот из сухофруктов(сад) <small>Сахар (песок), Сухофрукты, *Вода</small>	ККал-74, У/в-19
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-17
Итого за Обед		ККал-534, Белки-16, Жиры-14, У/в-85
<u>Полдник</u>		
200	Йогурт (сад)	
25	Печенье нежное (сад)	ККал-154, Белки-3, Жиры-8, У/в-19
Итого за Полдник		ККал-154, Белки-3, Жиры-8, У/в-19
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны, запеченные с сыром, с маслом сливочным (сад) <small>Макаронные изделия, Сыр, Масло сливочное, Соль, *Вода, Яйцо, Молоко</small>	ККал-225, Белки-7, Жиры-8, У/в-31
200	Чай с сахаром(сад) <small>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</small>	ККал-40, У/в-10
40	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20
Итого за Ужин		ККал-370, Белки-10, Жиры-9, У/в-61
Итого за		ККал-1 618, Белки-43, Жиры-50, У/в-250

Заведующая

Цетпаева Н.А.

