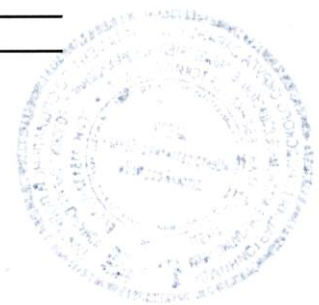


Меню ДОУ (сад)

Р	ед (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1			
130		Омлет натуральный (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль, Масло растительное</i>	ККал-162, Белки-9, Жиры-10, У/в-8
40/10		Хлеб пшеничный с маслом(сад) <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i>	ККал-157, Белки-3, Жиры-6, У/в-22
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-439, Белки-16, Жиры-21, У/в-47
Завтрак2			
200		Напиток Витаминка'(из цитрусовых) сад <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-61, У/в-16
Итого за Завтрак2			ККал-61, У/в-16
Обед			
60		Салат Свеклка(сад) <i>Свекла, Масло растительное, Соль, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-24, Белки-1, У/в-5
200		Рассольник Ленинградский (сад) 2019 <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, *Вода, Масло растительное, Шейка индейки, Перловая крупа, Сметана, Соль</i>	ККал-118, Белки-5, Жиры-5, У/в-14
170		Голубцы ленивые(сад) <i>Куры, Капуста, Рисовая крупа, Масло растительное, Масло сливочное, Соль, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Сметана, *Вода</i>	ККал-166, Белки-9, Жиры-9, У/в-13
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-481, Белки-18, Жиры-15, У/в-70
Полдник			
200		Молоко кипяченое(сад)	ККал-56, Белки-3, Жиры-3, У/в-4
25		Печенье нежное (сад)	ККал-154, Белки-3, Жиры-8, У/в-19
Итого за Полдник			ККал-210, Белки-6, Жиры-11, У/в-23
Ужин			
0		Котлета рыбная(сад) <i>Сельдь с м, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Лук репчатый, Мука пшеничная</i>	ККал-58, Белки-2, Жиры-1, У/в-9
150		Каши гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Гречневая крупа, *Вода, Масло сливочное, Соль, Сахар (песок)</i>	ККал-150, Белки-5, Жиры-4, У/в-23
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-349, Белки-10, Жиры-6, У/в-61
Итого за			ККал-1 540, Белки-50, Жиры-53, У/в-217

Заведующая _____



Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
110	Омлет натуральный (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль, Масло растительное</i>	ККал-141, Белки-7, Жиры-10, У/в-6
30/10	Хлеб пшеничный с маслом(ясли) <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</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-448, Белки-14, Жиры-21, У/в-51
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток Витаминка'(из цитрусовых) ясли <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-50, У/в-13
Итого за Завтрак2		ККал-50, У/в-13
<u>Обед</u>		
50	Салат Свеколка(ясли) <i>Свекла, Масло растительное, Соль, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
200	Рассольник Ленинградский (ясли) 2019 <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, *Вода, Масло растительное, Шейка индейки, Перловая крупа, Сметана, Соль</i>	ККал-118, Белки-5, Жиры-5, У/в-14
150	Голубцы ленивые(ясли) <i>Куры, Капуста, Рисовая крупа, Масло растительное, Томат-паста, Масло сливочное, Соль, Морковь, Яйцо, Лук репчатый, Сметана, *Вода</i>	ККал-175, Белки-9, Жиры-10, 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-467, Белки-18, Жиры-15, У/в-65
<u>Полдник</u>		
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-3, Жиры-3, У/в-4
25	Печенье нежное (ясли)	ККал-154, Белки-3, Жиры-8, У/в-19
Итого за Полдник		ККал-210, Белки-6, Жиры-11, У/в-23
<u>Ужин</u>		
60	Котлета рыбная(ясли) <i>Сельдь с м, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Лук репчатый, Мука пшеничная</i>	ККал-50, Белки-2, Жиры-1, У/в-8
130	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Гречневая крупа, *Вода, Масло сливочное, Соль, Сахар (песок)</i>	ККал-155, Белки-5, Жиры-4, У/в-24
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-316, Белки-9, Жиры-6, У/в-55
Итого за		ККал-1 491, Белки-47, Жиры-53, У/в-207

Заведующий

