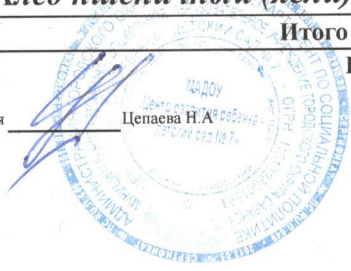


## Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
150	<b>Суп молочный с макаронными изделиями(ясли)</b> <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль</i>	ККал-94, Белки-3, Жиры-5, У/в-10
30/6	<b>Хлеб пшеничный с маслом(ясли)</b> <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i>	ККал-144, Белки-3, Жиры-6, У/в-20
150	<b>Какао с молоком (ясли) 2019</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-146, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-384, Белки-10, Жиры-16, У/в-53
<b><u>Завтрак2</u></b>		
200	<b>Яблоко (ясли)</b>	ККал-86, Белки-1, У/в-22
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, Белки-1, У/в-22
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Огурец свежий (ясли)</b> <i>огурцы,</i>	ККал-4, У/в-1
180	<b>Суп Уха'(ясли)</b> <i>Рыба минтай с м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Пшеничная крупа, Масло растительное, Соль, *Вода, Сметана</i>	ККал-1
180	<b>Рулет картофельный с мясом (ясли)</b> <i>Картофель, Масло растительное, Масло сливочное, Соль, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Куры</i>	ККал-231, Белки-11, Жиры-11, У/в-21
150	<b>Компот из сухофруктов(ясли)</b> <i>Сахар (песок), Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-82, У/в-21
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-72, Белки-3, У/в-14
<b>Итого за Обед</b>		ККал-390, Белки-14, Жиры-11, У/в-57
<b><u>Полдник</u></b>		
150	<b>Йогурт (ясли)</b>	
70	<b>Плюшка с сахаром (ясли)</b> <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
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-171, Белки-5, Жиры-3, У/в-30
<b><u>Ужин</u></b>		
137	<b>Запеканка творожная с изюмом со сгушенным молоком (ясли)</b> <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	<b>Чай с сахаром (ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-32, У/в-8
30	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-79, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-338, Белки-18, Жиры-13, У/в-37
<b>Итого за</b>		ККал-1 369, Белки-48, Жиры-43, У/в-199

Заведующая

Цепасва Н.А.



# Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
180	<b>Суп молочный с макаронными изделиями(сад)</b> <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль</i>	ККал-121, Белки-5, Жиры-4, У/в-16
30/6	<b>Хлеб пшеничный с маслом(сад)</b> <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-4, У/в-16
180	<b>Какао с молоком (сад) 2019</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-354, Белки-11, Жиры-13, У/в-49
<b><u>Завтрак2</u></b>		
200	<b>Яблоко ( сад)</b>	ККал-86, Белки-1, У/в-22
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, Белки-1, У/в-22
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Огурец свежий (сад)</b> <i>огурцы,</i>	ККал-5, У/в-1
200	<b>Суп Уха'(сад)</b> <i>Рыба минтай с м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Пшениная крупа, *Вода, Масло растительное, Соль, Сметана</i>	ККал-1
220	<b>Рулет картофельный с мясом (сад)</b> <i>Картофель, Масло растительное, Масло сливочное, Соль, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Куры</i>	ККал-267, Белки-12, Жиры-13, У/в-24
200	<b>Компот из сухофруктов(сад)</b> <i>Сахар (песок), Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-82, У/в-21
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-446, Белки-15, Жиры-14, У/в-63
<b><u>Полдник</u></b>		
200	<b>Йогурт (сад)</b>	
80	<b>Плюшка с сахаром (сад)</b> <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
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-214, Белки-6, Жиры-4, У/в-38
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Запеканка творожная с изюмом со сгущенным молоком (сад)</b> <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	<b>Чай с сахаром(сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-40, У/в-10
40	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-285, Белки-14, Жиры-8, У/в-38
<b>Итого за</b>		ККал-1 385, Белки-47, Жиры-39, У/в-210

Заведующая

Цепасва Н.А.

