

Меню ДОУ (МБДОУ 29 Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
185	Суп молочный с крупой (манка) <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа манная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-122, Белки-4, Жиры-5, У/в-15
19	Хлеб пшеничный (бутерброд)	ККал-45, Белки-1, У/в-9
5	Масло сливочное	ККал-37, Жиры-4
184	Какао с молоком <i>Какао-порошок, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-132, Белки-3, Жиры-3, У/в-23
19	Хлеб пшеничный	ККал-45, Белки-1, У/в-9
Итого за Завтрак		
Завтрак2		
100	Сок фруктовый	ККал-56, Белки-1, У/в-13
Итого за Завтрак2		
Обед		
50	Салат из свеклы с горошком консервированным <i>Свекла, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-47, Белки-1, Жиры-3, У/в-4
209	Суп картофельный с крупой ячневой <i>Крупа ячневая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-101, Белки-1, Жиры-4, У/в-14
84	Суфле из печени <i>Печень говяжья, Молоко пастеризованное, Мука пшеничная, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-153, Белки-14, Жиры-7, У/в-8
68	Капуста тушеная <i>Капуста, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Капуста квашеная</i>	ККал-43, Белки-3, Жиры-2, У/в-3
185	Кисель из плодов сушеных <i>Сухофрукты, Крахмал картофельный, Сахар-песок</i>	ККал-117, У/в-29
19	Хлеб пшеничный	ККал-45, Белки-1, У/в-9
29	Хлеб ржаной	ККал-51, Белки-2, У/в-10
Итого за Обед		
Полдник		
70	Булочка "Российская" <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко пастеризованное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-203, Белки-4, Жиры-5, У/в-36
155	Молоко кипяченое	ККал-82, Белки-4, Жиры-7, У/в-6
Итого за Полдник		
Итого за		
ККал-1 279, Белки-40, Жиры-40, У/в-188		

Заведующий
ДОУ _____

Меню ДОУ (МБДОУ 29 Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
139	Суп молочный с крупой (манка) <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа манная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-92, Белки-3, Жиры-3, У/в-11
19	Хлеб пшеничный (бутерброд)	ККал-45, Белки-1, У/в-9
5	Масло сливочное	ККал-37, Жиры-4
138	Какао с молоком <i>Какао-порошок, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-99, Белки-2, Жиры-2, У/в-17
10	Хлеб пшеничный	ККал-45, Белки-1, У/в-9
Итого за Завтрак		
Завтрак2		
100	Сок фруктовый	ККал-56, Белки-1, У/в-13
30	Печенье весовое	ККал-125, Белки-2, Жиры-2, У/в-26
Итого за Завтрак2		
Обед		
40	Салат из свеклы с горошком консервированным <i>Свекла, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-31, Белки-1, Жиры-2, У/в-3
157	Суп картофельный с крупой ячневой <i>Крупа ячневая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-76, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
50	Суфле из печени <i>Печень говяжья, Молоко пастеризованное, Мука пшеничная, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-90, Белки-8, Жиры-4, У/в-6
57	Капуста тушеная <i>Капуста, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Капуста квашеная</i>	ККал-36, Белки-2, Жиры-2, У/в-2
155	Кисель из плодов сушеных <i>Сухофрукты, Крахмал картофельный, Сахар-песок</i>	ККал-116, У/в-24
29	Хлеб ржаной	ККал-51, Белки-2, У/в-10
10	Хлеб пшеничный	ККал-45, Белки-1, У/в-9
Итого за Обед		
Полдник		
58	Булочка "Российская" <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко пастеризованное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-196, Белки-4, Жиры-4, У/в-34
128	Молоко кипяченое	ККал-82, Белки-4, Жиры-7, У/в-6
Итого за Полдник		
Итого за		
ККал-1 166, Белки-41, Жиры-29, У/в-174		

Заведующий
ДОУ _____