

## Меню ДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 8.30-9.00</u></b>		
120	Запеканка рисовая с творогом (С)	ККал-208, Белки-6, Жиры-13, У/в-33
35	Соус сметанный (С)	ККал-50, Белки-1, Жиры-5, У/в-1
120	Запеканка рисовая с творогом (Я)	ККал-180, Белки-5, Жиры-10, У/в-25
15	Соус сметанный (Я)	ККал-50, Белки-1, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (С)	ККал-94, Белки-3, У/в-20
30	Хлеб пшеничный (Я)	ККал-71, Белки-2, У/в-15
5	Масло сливочное	ККал-37, Жиры-4
200	Чай с сахаром (С)	ККал-32, У/в-8
180	Чай с сахаром (Я)	ККал-20, У/в-5
<b>Итого за Завтрак 8.30-9.00</b>		ККал-742, Белки-18, Жиры-37, У/в-108
<b><u>2 Завтрак 10.30-11.00</u></b>		
100	Фрукты свежие 100	ККал-47, У/в-10
<b>Итого за 2 Завтрак 10.30-11.00</b>		ККал-47, У/в-10
<b><u>Обед 12.00-13.00</u></b>		
200	Борщ с капустой и картофелем (С)	ККал-102, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
150	Борщ с капустой и картофелем (Я)	ККал-90, Белки-2, Жиры-5, У/в-9
70	Шницели из птицы (филе) (С)	ККал-190, Белки-10, Жиры-12, У/в-9
60	Шницели из птицы (филе) (Я)	ККал-163, Белки-9, Жиры-10, У/в-8
130	Пюре картофельное (С)	ККал-129, Белки-3, Жиры-5, У/в-18
110	Пюре картофельное (Я)	ККал-112, Белки-2, Жиры-4, У/в-16
60	Икра морковная 60 (С)	ККал-54, Белки-1, Жиры-3, У/в-5
40	Икра морковная 40 (Я)	ККал-36, Белки-1, Жиры-2, У/в-3
50	Хлеб ржаной (С)	ККал-101, Белки-3, Жиры-1, У/в-20
40	Хлеб ржаной (Я)	ККал-80, Белки-3, Жиры-1, У/в-16
180	Сок фруктовый 180 (С)	ККал-83, Белки-1, У/в-18
150	Сок фруктовый (Я)	ККал-69, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Обед 12.00-13.00</b>		ККал-1 209, Белки-38, Жиры-48, У/в-148
<b><u>Полдник 15.30</u></b>		
70	Булочка российская 70 (С)	ККал-186, Белки-5, Жиры-8, У/в-35
60	Булочка российская 60 (Я)	ККал-151, Белки-4, Жиры-7, У/в-34
180	Кефир (С)	ККал-95, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
150	Кефир (Я)	ККал-80, Белки-4, Жиры-4, У/в-6
<b>Итого за Полдник 15.30</b>		ККал-512, Белки-18, Жиры-24, У/в-82
<b><u>Ужин 18.30</u></b>		
200	Суп молочный с макаронными изделиями (С)	ККал-259, Белки-6, Жиры-6, У/в-21
25	Хлеб пшеничный 25 (С)	ККал-169, Белки-3, Жиры-9, У/в-20
48	Яйцо вареное	ККал-75, Белки-6, Жиры-6
200	Какао с молоком (С)	ККал-84, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
<b>Итого за Ужин 18.30</b>		ККал-587, Белки-18, Жиры-23, У/в-53
<b>Итого за день</b>		ККал-3 097, Белки-92, Жиры-132, У/в-401



И.о. заведующего Морозова Т.В.

Кладовщик

Пашкевич Ю.Н.

Бухгалтер

Полицук В.М.