

Меню ДОУ (Ясли № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
110	творожно-вермешелевая запеканка	
40	Соус молочный сладкий	Белки-1, Жиры-2, У/в-5
20	Хлеб пшеничный формовой	Белки-2, Жиры-1, У/в-9
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
150	Чай с сахаром..	У/в-9
Итого за Завтрак		Белки-3, Жиры-7, У/в-23
<u>Обед</u>		
150	Свекольник	Белки-3, Жиры-9, У/в-10
150	Жаркое по-домашнему.	Белки-7, Жиры-12, У/в-25
40	<i>Огурец. с/с</i>	У/в-1
40	Хлеб ржаной.	Белки-3, У/в-20
150	Компот из смеси сухофруктов	У/в-12
Итого за Обед		Белки-13, Жиры-21, У/в-68
<u>Полдник</u>		
99	Фрукты свежие (Яблоки)	Белки-21, У/в-1
15	Печенье	Белки-1, Жиры-1, У/в-11
150	Кисломолочный напиток	Белки-4, Жиры-4, У/в-6
Итого за Полдник		Белки-26, Жиры-5, У/в-18
<u>Ужин</u>		
150	Суп молочный пшеничный	Белки-4, Жиры-5, У/в-14
40	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-17
150	Молоко кипяченое.	Белки-4, Жиры-4, У/в-7
Итого за Ужин		Белки-11, Жиры-10, У/в-38
Итого за день		Белки-53, Жиры-43, У/в-147

И.о.
заведующего



Меню ДОУ (Детсад № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
130	творожно-вермешелевая запеканка	
50	Соус молочный сладкий	Белки-2, Жиры-2, У/в-7
30	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-13
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
200	Чай с сахаром..	У/в-12
Итого за Завтрак		Белки-5, Жиры-7, У/в-32
<u>Обед</u>		
200	Свекольник	Белки-4, Жиры-12, У/в-13
180	Жаркое по-домашнему.	Белки-9, Жиры-14, У/в-31
50	<i>Оливье с</i>	У/в-1
50	Хлеб ржаной.	Белки-4, Жиры-1, У/в-24
180	Компот из смеси сухофруктов	У/в-14
Итого за Обед		Белки-17, Жиры-27, У/в-83
<u>Полдник</u>		
99	Фрукты свежие (Яблоки)	Белки-21, У/в-1
25	Печенье	Белки-2, Жиры-2, У/в-19
180	Кисломолочный напиток	Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		Белки-28, Жиры-7, У/в-27
<u>Ужин</u>		
200	Суп молочный пшеничный	Белки-5, Жиры-6, У/в-19
50	Хлеб пшеничный формовой	Белки-4, Жиры-2, У/в-21
180	Молоко кипяченое.	Белки-5, Жиры-5, У/в-8
Итого за Ужин		Белки-14, Жиры-13, У/в-48
Итого за день		Белки-64, Жиры-54, У/в-190

И.о.
заведующегоЖелезникова
Ольга
Александровна