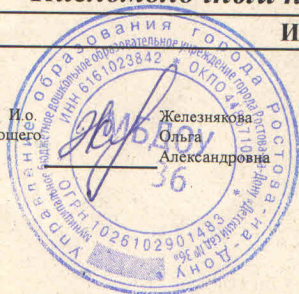


Меню ДОУ (Ясли № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
49	Яйцо вареное.	Белки-6, Жиры-6
100	Капуста тушеная	Белки-2, Жиры-4, У/в-11
20	Хлеб пшеничный формовой	Белки-2, Жиры-1, У/в-9
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
10	Сыр полутвердый (порциями)	Белки-2, Жиры-3
150	Чай с сахаром .	У/в-6
Итого за Завтрак		Белки-12, Жиры-18, У/в-26
<u>Обед</u>		
148	Суп с макаронными изделиями и картофелем	Белки-2, Жиры-3, У/в-11
59	Птица тушеная	Белки-6, Жиры-6, У/в-136
110	Пюре картофельное"	Белки-3, Жиры-4, У/в-16
40	Помидор свежий	У/в-1
39	Хлеб ржаной.	Белки-3, У/в-19
150	Компот из смеси сухофруктов	У/в-12
Итого за Обед		Белки-14, Жиры-13, У/в-195
<u>Полдник</u>		
68	Ватрушка с творожным фаршем	Белки-7, Жиры-8, У/в-35
150	Кисломолочный напиток	Белки-4, Жиры-4, У/в-6
Итого за Полдник		Белки-11, Жиры-12, У/в-41
Итого за день		Белки-37, Жиры-43, У/в-262

И.о.
заведующегоЖелезнякова
Ольга
Александровна

Меню ДОУ (Детсад № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
49	Яйцо вареное.	Белки-6, Жиры-6
120	Капуста тушеная	Белки-3, Жиры-5, У/в-13
30	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-13
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
13	Сыр полутвердый (порциями)	Белки-3, Жиры-4
200	Чай с сахаром.	У/в-8
Итого за Завтрак		Белки-15, Жиры-20, У/в-34
<u>Обед</u>		
200	Суп с макаронными изделиями и картофелем	Белки-2, Жиры-3, У/в-15
80	Птица тушеная	Белки-8, Жиры-8, У/в-184
129	Пюре картофельное"	Белки-3, Жиры-4, У/в-18
50	Помидор свежий	У/в-1
49	Хлеб ржаной.	Белки-4, У/в-24
180	Компот из смеси сухофруктов	У/в-14
Итого за Обед		Белки-17, Жиры-15, У/в-256
<u>Полдник</u>		
80	Ватрушка с творожным фаршем	Белки-8, Жиры-10, У/в-41
180	Кисломолочный напиток	Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		Белки-13, Жиры-15, У/в-48
<u>Ужин</u>		
198	Каша молочная "Дружба".	Белки-5, Жиры-5, У/в-17
49	Хлеб пшеничный формовой	Белки-4, Жиры-2, У/в-21
178	Молоко кипяченое.	Белки-5, Жиры-4, У/в-8
Итого за Ужин		Белки-14, Жиры-11, У/в-46
Итого за день		Белки-59, Жиры-61, У/в-384

И.о.
заведующегоЖелезнякова
Ольга
Александровна

Меню ДОУ (Ясли № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
49	Яйцо вареное.	Белки-6, Жиры-6
100	Капуста тушеная	Белки-2, Жиры-4, У/в-11
20	Хлеб пшеничный формовой	Белки-2, Жиры-1, У/в-9
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
10	Сыр полутвердый (порциями)	Белки-2, Жиры-3
150	Чай с сахаром .	У/в-6
Итого за Завтрак		Белки-12, Жиры-18, У/в-26
<u>Обед</u>		
148	Суп с макаронными изделиями и картофелем	Белки-2, Жиры-3, У/в-11
59	Птица тушеная	Белки-6, Жиры-6, У/в-136
110	Пюре картофельное"	Белки-3, Жиры-4, У/в-16
40	Помидор свежий	У/в-1
39	Хлеб ржаной.	Белки-3, У/в-19
150	Компот из смеси сухофруктов	У/в-12
Итого за Обед		Белки-14, Жиры-13, У/в-195
<u>Полдник</u>		
68	Ватрушка с творожным фаршем	Белки-7, Жиры-8, У/в-35
150	Кисломолочный напиток	Белки-4, Жиры-4, У/в-6
Итого за Полдник		Белки-11, Жиры-12, У/в-41
Итого за день		Белки-37, Жиры-43, У/в-262

И.о.
заведующегоЖелезникова
Ольга
Александровна