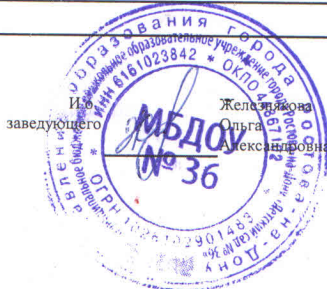


## Меню ДОУ (Детсад № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
738	Суп молочный с крупой (Пшеничная)	Белки-15, Жиры-17, У/в-97
40	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-17
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
49	Яйцо вареное.	Белки-6, Жиры-6
1 927	Чай с сахаром.	Белки-1, У/в-77
<b>Итого за Завтрак</b>		Белки-25, Жиры-28, У/в-191
<u><b>2 завтрак</b></u>		
102	Соки овощные, фруктовые и ягодные (Мультифрукт)	Белки-1
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Белки-1
<u><b>Обед</b></u>		
1 068	Суп картофельный с фрикадельками	Белки-53, Жиры-55, У/в-81
79	Гуляш из отварной говядины	Белки-6, Жиры-6, У/в-14
819	Каша гречневая рассыпчатая"	Белки-51, Жиры-36, У/в-201
52	Помидор свежий	У/в-1
48	Хлеб ржаной.	Белки-4, У/в-23
1 649	Компот из смеси сухофруктов	Белки-2, У/в-129
<b>Итого за Обед</b>		Белки-116, Жиры-97, У/в-449
<u><b>Полдник</b></u>		
50	Печенье	Белки-4, Жиры-5, У/в-37
200	Кисломолочный напиток	Белки-6, Жиры-5, У/в-8
<b>Итого за Полдник</b>		Белки-10, Жиры-10, У/в-45
<u><b>Ужин</b></u>		
120	Сырники из творога запеченные	Белки-19, Жиры-6, У/в-21
31	Соус сметанный	Белки-1, Жиры-1, У/в-2
39	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-17
100	Фрукты свежие (Яблоки)	Белки-21, Жиры-1, У/в-2
182	Молоко кипяченое.	Белки-5, Жиры-5, У/в-9
<b>Итого за Ужин</b>		Белки-49, Жиры-14, У/в-51
<b>Итого за день</b>		Белки-201, Жиры-149, У/в-736



## Меню ДОУ (Ясли № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
556	Суп молочный с крупой (Пшеничная)	Белки-12, Жиры-13, У/в-73
30	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-13
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
49	Яйцо вареное.	Белки-6, Жиры-6
1 445	Чай с сахаром.	Белки-1, У/в-58
<b>Итого за Завтрак</b>		Белки-22, Жиры-24, У/в-144
<u>2 завтрак</u>		
102	Соки овощные, фруктовые и ягодные (Мультифрукт)	Белки-1
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Белки-1
<u>Обед</u>		
803	Суп картофельный с фрикадельками	Белки-40, Жиры-41, У/в-61
60	Гуляш из отварной говядины	Белки-5, Жиры-5, У/в-11
694	Каша гречневая рассыпчатая"	Белки-43, Жиры-30, У/в-170
42	Помидор свежий	У/в-1
38	Хлеб ржаной.	Белки-3, У/в-19
1 373	Компот из смеси сухофруктов	Белки-2, У/в-107
<b>Итого за Обед</b>		Белки-93, Жиры-76, У/в-369
<u>Полдник</u>		
25	Печенье	Белки-2, Жиры-2, У/в-19
150	Кисломолочный напиток	Белки-4, Жиры-4, У/в-6
<b>Итого за Полдник</b>		Белки-6, Жиры-6, У/в-25
<u>Ужин</u>		
97	Сырники из творога запеченные	Белки-15, Жиры-5, У/в-17
31	Соус сметанный	Белки-1, Жиры-1, У/в-2
30	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-13
100	Фрукты свежие (Яблоки)	Белки-21, Жиры-1, У/в-2
152	Молоко кипяченое.	Белки-4, Жиры-4, У/в-7
<b>Итого за Ужин</b>		Белки-44, Жиры-12, У/в-41
<b>Итого за день</b>		Белки-166, Жиры-118, У/в-579

