

Меню ДОУ (Ясли № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
151	Суп молочный с крупой (Манная)	Белки-4, Жиры-4, У/в-22
29	Хлеб пшеничный формовой	Белки-2, Жиры-1, У/в-12
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
10	Сыр полутвердый (порциями)	Белки-2, Жиры-3
182	Кофейный напиток с молоком (лето)	Белки-3, Жиры-2, У/в-13
Итого за Завтрак		Белки-11, Жиры-14, У/в-47
<u>2 завтрак</u>		
85	Яблоки	У/в-10
Итого за 2 завтрак		У/в-10
<u>Обед</u>		
153	Борщ с капустой и картофелем (лето)	Белки-1, Жиры-4, У/в-8
69	Котлеты из говядины	Белки-9, Жиры-13, У/в-12
112	Пюре картофельное"	Белки-3, Жиры-4, У/в-16
39	Огурец свежий	У/в-1
38	Хлеб ржаной.	Белки-3, У/в-19
152	Компот из смеси сухофруктов	У/в-12
Итого за Обед		Белки-16, Жиры-21, У/в-68
<u>Полдник</u>		
25	Вафли	Белки-1, Жиры-2, У/в-39
183	Кисломолочный напиток	Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		Белки-6, Жиры-7, У/в-46
Итого за день		Белки-33, Жиры-42, У/в-171

И.о.
заведующего

Меню ДОУ (Детсад № 36 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

202	Суп молочный с крупой (Манная)	Белки-6, Жиры-5, У/в-29
34	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-14
5	Масло сливочное (порциями)	Жиры-4
13	Сыр полутвердый (порциями)	Белки-3, Жиры-4
202	Кофейный напиток с молоком (лето)	Белки-3, Жиры-3, У/в-15

Итого за Завтрак Белки-15, Жиры-17, У/в-58

2 завтрак

85	Яблоки	У/в-10
----	--------	--------

Итого за 2 завтрак У/в-10

Обед

204	Борщ с капустой и картофелем (лето)	Белки-2, Жиры-6, У/в-11
91	Котлеты из говядины	Белки-11, Жиры-17, У/в-15
132	Пюре картофельное"	Белки-3, Жиры-5, У/в-19
49	Огурец свежий	У/в-1
47	Хлеб ржаной.	Белки-4, У/в-23
182	Компот из смеси сухофруктов	У/в-14

Итого за Обед Белки-20, Жиры-28, У/в-83

Полдник

50	Вафли	Белки-3, Жиры-3, У/в-77
204	Кисломолочный напиток	Белки-6, Жиры-5, У/в-8

Итого за Полдник Белки-9, Жиры-8, У/в-85

Ужин

89	Рыба запеченная в сметанном соусе (лето)	Белки-6, Жиры-8, У/в-14
131	Каша пшеничная рассыпчатая (лето)	Белки-6, Жиры-6, У/в-34
50	Кабачки припущенные	Жиры-2, У/в-3
29	Хлеб пшеничный формовой	Белки-2, Жиры-1, У/в-12
202	Чай с сахаром (лето)	У/в-8

Итого за Ужин Белки-14, Жиры-17, У/в-71

Итого за день Белки-58, Жиры-70, У/в-307

И.о.
заведующего

