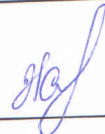


Меню ДОУ (Детсад № 36 лето-осень)

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
50	Капуста тушеная	Белки-1, Жиры-2, У/в-5
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-13, Жиры-17, У/в-26
<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
130	Каша гречневая рассыпчатая.	Белки-8, Жиры-5, У/в-39
60	Овощи отварные (Свекла)	Белки-1, Жиры-2, У/в-4
180	Компот из смеси сухофруктов	У/в-14
50	Хлеб ржаной	Белки-3, Жиры-1, У/в-17
Итого за Обед		Белки-22, Жиры-19, У/в-273
<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>		
200	Суп молочный манный.	Белки-8, Жиры-11, У/в-33
50	Хлеб пшеничный формовой	Белки-4, Жиры-2, У/в-21
200	Молоко кипяченое.	Белки-6, Жиры-5, У/в-9
Итого за Ужин		Белки-18, Жиры-18, У/в-63
Итого за день		Белки-66, Жиры-69, У/в-410

И.о.
заведующего

Железнякава
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
40	Капуста тушеная	Белки-1, Жиры-2, У/в-4
30	Хлеб пшеничный формовой	Белки-3, Жиры-1, У/в-13
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-16, У/в-23
<u>Обед</u>		
150	Суп с макаронными изделиями и картофелем	Белки-2, Жиры-3, У/в-11
60	Птица тушеная	Белки-6, Жиры-6, У/в-138
110	Каша гречневая рассыпчатая"	Белки-7, Жиры-5, У/в-27
40	Овощи отварные (Свекла)	Белки-1, Жиры-1, У/в-3
150	Компот из смеси сухофруктов	У/в-12
40	Хлеб ржаной	Белки-3, У/в-13
Итого за Обед		Белки-19, Жиры-15, У/в-204
<u>Полдник</u>		
70	Ватрушка с творожным фаршем	Белки-7, Жиры-8, У/в-36
150	Кисломолочный напиток	Белки-4, Жиры-4, У/в-6
Итого за Полдник		Белки-11, Жиры-12, У/в-42
<u>Ужин</u>		
150	Суп молочный манный	Белки-4, Жиры-5, У/в-14
50	Хлеб пшеничный формовой	Белки-4, Жиры-2, У/в-21
200	Молоко кипяченое.	Белки-6, Жиры-5, У/в-9
Итого за Ужин		Белки-14, Жиры-12, У/в-44
Итого за день		Белки-56, Жиры-55, У/в-313

И.о.
заведующего



Железнякова
Ольга
Александровна

