

## Меню ДОУ (сад)

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

### Завтрак

200	<b>Суп молочный манный*</b> <i>молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар (песок)</i>	ККал-140, Белки-5, Жиры-6, У/в-16
30	<b>Батон /</b> <i>батон, масло сливочное</i>	ККал-70, Белки-2, У/в-15
100	<b>Молоко кипяченое</b>	ККал-48, Белки-3, Жиры-2, У/в-4

**Итого за Завтрак** ККал-258, Белки-10, Жиры-8, У/в-35

### Завтрак 2

100	<b>Сок яблочный **</b>	ККал-45, У/в-11
-----	------------------------	-----------------

**Итого за Завтрак 2** ККал-45, У/в-11

### Обед

200	<b>Суп с рыбными консервами*/</b> <i>картофель, сайра натуральная, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	ККал-157, Белки-7, Жиры-9, У/в-13
230	<b>Плов</b> <i>говядина (бескостная), крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	ККал-417, Белки-14, Жиры-18, У/в-48
50	<b>Хлеб ржаной*</b>	ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-17
200	<b>Компот из сушеных фруктов*</b> <i>сухофрукты, сахар (песок)</i>	ККал-108, У/в-27

**Итого за Обед** ККал-773, Белки-24, Жиры-28, У/в-105

### Полдник

60	<b>Фрикадельки из птицы</b> <i>тушка ц/б, молоко, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	ККал-149, Белки-9, Жиры-10, У/в-6
120	<b>Икра свекольная **</b> <i>свекла, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, сахар (песок)</i>	ККал-116, Белки-2, Жиры-5, У/в-14
20	<b>Хлеб пшеничный*</b>	ККал-47, Белки-2, У/в-10

**Итого за Полдник** ККал-312, Белки-13, Жиры-15, У/в-30

### Ужин

20	<b>Хлеб пшеничный*</b>	ККал-47, Белки-2, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром  *</b> <i>сахар (песок), чай черный байховый</i>	ККал-51, У/в-14

**Итого за Ужин** ККал-98, Белки-2, У/в-24

**Итого за день** ККал-1 486, Белки-49, Жиры-51, У/в-205

руководитель

Тетерина С.В.

экономист  
Алексий Н.Ю.

экономист