Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша кукурузная жидкая** <small>молоко, крупа кукурузная, сахар (песок), масло сливочное</small>	ККал-149, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
27	Батон с маслом* <small>батон, масло сливочное</small>	ККал-88, Белки-2, Жиры-5, У/в-10
180	Чай с сахаром__ <small>сахар (песок), чай черный байховый</small>	ККал-40, У/в-10
Итого за Завтрак		ККал-277, Белки-6, Жиры-10, У/в-43
<u>Завтрак 2</u>		
100	Сок яблочный "ясли"	ККал-45, У/в-11
Итого за Завтрак 2		ККал-45, У/в-11
<u>Обед</u>		
150	Борщ "Сибирский" * <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, фасоль, соль йодированная, масло подсолнечное, томат-паста, сахар (песок)</small>	ККал-63, Белки-2, Жиры-2, У/в-6
120	Запеканка картофельная с печенью . <small>картофель, печень, яйцо, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</small>	ККал-160, Белки-9, Жиры-5, У/в-19
30	Хлеб ржаной* 	ККал-51, Белки-2, У/в-10
150	Компот из сушеных фруктов* <small>сухофрукты, сахар (песок)</small>	ККал-81, У/в-20
Итого за Обед		ККал-355, Белки-13, Жиры-7, У/в-55
<u>Полдник</u>		
130	Вареники ленивые/* <small>творог, мука пшеничная, сахар (песок), яйцо, масло сливочное, соль йодированная</small>	ККал-244, Белки-22, Жиры-9, У/в-19
15	Хлеб пшеничный	ККал-35, Белки-1, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-279, Белки-23, Жиры-9, У/в-26
<u>Ужин</u>		
180	Кефир_	ККал-90, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
15	Хлеб пшеничный	ККал-35, Белки-1, У/в-7
Итого за Ужин		ККал-125, Белки-6, Жиры-5, У/в-14
Итого за день		ККал-1 081, Белки-48, Жиры-31, У/в-149

руководитель

Тетерина С В

экономист
Алексий Н Ю

экономист