Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Суп молочный манный* <small>молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар (песок)</small>	ККал-105, Белки-4, Жиры-5, У/в-12
20	Батон* <small>батон, масло сливочное</small>	ККал-47, Белки-2, У/в-10
100	Молоко кипяченое	ККал-48, Белки-3, Жиры-2, У/в-4
Итого за Завтрак		ККал-200, Белки-9, Жиры-7, У/в-26
<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	Суп с рыбными консервами*/ <small>картофель, сайра натуральная, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</small>	ККал-118, Белки-5, Жиры-7, У/в-9
60	Биточки паровые*/ <small>говядина (бескостная), молоко, хлеб пшеничный, масло сливочное</small>	ККал-123, Белки-7, Жиры-7, У/в-7
120	Рис отварной с овощами** <small>крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное</small>	ККал-158, Белки-3, Жиры-4, У/в-27
40	Хлеб ржаной/*	ККал-68, Белки-3, У/в-13
150	Компот из сушеных фруктов* <small>сухофрукты, сахар (песок)</small>	ККал-81, У/в-20
Итого за Обед		ККал-548, Белки-18, Жиры-18, У/в-76
<u>Полдник</u>		
60	Фрикадельки из птицы <small>тушка цб, молоко, хлеб пшеничный, масло сливочное</small>	ККал-149, Белки-9, Жиры-10, У/в-6
120	Икра свекольная** <small>свекла, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, сахар (песок)</small>	ККал-116, Белки-2, Жиры-5, У/в-14
20	Хлеб пшеничный*	ККал-47, Белки-2, У/в-10
Итого за Полдник		ККал-312, Белки-13, Жиры-15, У/в-30
<u>Ужин</u>		
20	Хлеб пшеничный*	ККал-47, Белки-2, У/в-10
180	Чай с сахаром * <small>сахар (песок), чай черный байховый</small>	ККал-51, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-98, Белки-2, У/в-24
Итого за день		ККал-1 203, Белки-42, Жиры-40, У/в-167

руководитель

Тетерина С В

экономист
Алексий Н Ю

экономист