11.06.2021

Меню ДОУ (ДОУ 7 Ясли 10,5 ч)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
80	**Омлет натуральный** *Масло сливочное , Молоко пастеризованное, Яйцо куриное, Соль поваренная пищевая*	ККал-130, Б-7, Ж-11, У-2
25	**Бутерброд с маслом** *Хлеб пшеничный формовой, Масло сливочное*	ККал-85, Б-2, Ж-4, У-10
15	**Хлеб пшеничный**	ККал-52, Б-2, Ж-21, У-11
150	**Чай с сахаром** *Сахар-песок, Чай черный*	ККал-28, У-7
	Итого за Завтрак	ККал-295, Б-11, Ж-36, У-30
	Завтрак2	
190	**Сок фруктовый**	ККал-86, У-19, вит.С-7
	Итого за Завтрак2	ККал-86, У-19, вит.С-7
	Обед	
34	**Квашенная капуста с луком** *Капуста квашеная, Лук репчатый*	ККал-39, Б-1, Ж-4, У-1, вит.С-7
150	**суп картофельный с крупой (перловая)** *Масло подсолнечное, Крупа перловая, Картофель , Лук репчатый, Морковь, Соль поваренная пищевая*	ККал-72, Б-1, Ж-3, У-10, вит.С-1
80	**Рыба тушенная с овощами** *Минтай свежемороженный, Морковь, Томат-паста, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая*	ККал-86, Б-8, Ж-4, У-4, вит.С-3
120	**Картофель отварной** *Картофель , Масло сливочное , Соль поваренная пищевая*	ККал-114, Б-2, Ж-5, У-15, вит.С-17
10	**Хлеб пшеничный**	ККал-21, Б-1, У-4
30	**Хлеб ржаной**	ККал-54, Б-2
150	**Компот из сухофруктов** *Сахар-песок, Сухофрукты*	ККал-65, У-16, вит.С-3
	Итого за Обед	ККал-451, Б-15, Ж-16, У-50, вит.С-31
	Полдник	
26	**Печенье Вафли Пряники Зефир**	ККал-108, Б-2, Ж-3, У-19
180	**Кефир Ряженка**	ККал-90, Б-5, Ж-5, У-7, вит.С-1
	Итого за Полдник	ККал-198, Б-7, Ж-8, У-26, вит.С-1
	Итого за	ККал-1 030, Б-33, Ж-60, У-125, вит.С-39

Заведующий ДОУ _____ _____ _____

Алимова Елена Михайловна

Подписано цифровой подписью: Алимова Елена Михайловна
DN: 1.2.643.3.131.1.1=120C323333313030323333373339, 1.2.643.100.3=120B303333136373137303313237, email=cool.0603@yandex.ru, c=RU, st=Краснодарский край, l=Кухаривка, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 7 СЕЛА КУХАРИВКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЕЙСКИЙ РАЙОН, ou=-, ou=-, givenName=Елена Михайловна, sn=Алимова, cn=Алимова Елена Михайловна
Дата: 2021.06.11 15:16:00 +03'00'