

**Меню ДОУ (ДОУ 7 Сад 10,5 ч)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
25	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>Хлеб пшеничный формовой, Масло сливочное</i>	ККал-85, Б-2, Ж-4, У-10
15	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-52, Б-2, Ж-21, У-11
250	<b>Суп молочный с крупой</b> <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа манная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-124, Б-5, Ж-5, У-16, вит.С-1
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-порошок, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-144, Б-4, Ж-3, У-25, вит.С-1
<b>Итого за Завтрак</b>		ККал-405, Б-13, Ж-33, У-62, вит.С-2
<b>Завтрак2</b>		
75	<b>Яблоки свежие</b>	ККал-35, У-7, вит.С-8
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-35, У-7, вит.С-8
<b>Обед</b>		
100	<b>Оладьи из печени по-купецки</b> <i>Печень говяжья, Морковь, Мука пшеничная, Яйцо куриное, Масло сливочное</i>	ККал-222, Б-17, Ж-12, У-12, вит.С-7
180	<b>Капуста тушеная</b> <i>Масло подсолнечное, Капуста, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста</i>	ККал-112, Б-3, Ж-5, У-23, вит.С-26
50	<b>Овощи натуральные (помидоры)</b>	ККал-12, Б-1, У-2, вит.С-13
200	<b>Суп картофельный с крупой ячневой</b> <i>Крупа ячневая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-111, Б-2, Ж-4, У-19, вит.С-6
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-68, Б-2, Ж-27, У-14
37,5	<b>Хлеб ржаной</b>	ККал-66, Б-2
200	<b>Кисель из сухофруктов</b> <i>Сухофрукты, Крахмал картофельный, Сахар-песок</i>	ККал-102, Б-2, Ж-2, У-21, вит.С-2
<b>Итого за Обед</b>		ККал-693, Б-29, Ж-50, У-91, вит.С-54
<b>Полдник</b>		
70	<b>Шанежка наливная с яйцом</b> <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Сметана, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Дрожжи сухие</i>	ККал-225, Б-7, Ж-6, У-35, вит.С-2
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККал-90, У-20, вит.С-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-315, Б-7, Ж-6, У-55, вит.С-9
<b>Итого за</b>		ККал-1 448, Б-49, Ж-89, У-215, вит.С-73

Заведующий  
ДОУ \_\_\_\_\_