

**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
250	<b>Суп молочный с крупой (пшено)</b> <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа пшено</i>	ККал-165, Б-7, Ж-7, У-21, вит.С-3
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-68, Б-2, Ж-27, У-14
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-462, Б-15, Ж-41, У-70, вит.С-4
<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>		
50	<b>Икра морковная</b> <i>Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Сахар-песок, Томат-паста, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-58, Б-1, Ж-4, У-5, вит.С-4
200	<b>Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)</b> <i>Капуста, Свекла, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Томат-паста, Масло подсолнечное, Сметана</i>	ККал-76, Б-1, Ж-4, У-9, вит.С-8
210	<b>Плов из птицы</b> <i>Куры-бройлеры, Масло сливочное, Рис шлифованный, Масло подсолнечное, Лук репчатый, Морковь, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-352, Б-16, Ж-16, У-37, вит.С-1
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-68, Б-2, Ж-27, У-14
37,5	<b>Хлеб ржаной</b>	ККал-66, Б-2
180	<b>Компот из свежих плодов и ягод</b> <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-95, У-23, вит.С-2
<b>Итого за Обед</b>		ККал-715, Б-22, Ж-51, У-88, вит.С-15
<b>Полдник</b>		
70	<b>Булочка" Российская"</b> <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко пастеризованное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-235, Б-5, Ж-6, У-41
200	<b>Молоко кипяченое</b>	ККал-106, Б-6, Ж-5, У-10, вит.С-3
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-341, Б-11, Ж-11, У-51, вит.С-3
<b>Итого за</b>		ККал-1 553, Б-48, Ж-103, У-216, вит.С-30

Заведующий  
ДОУ \_\_\_\_\_