

**Меню ДОУ (ДОУ 7 Ясли 10,5 ч)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
150	<b>Суп молочный с крупой (пшено)</b> <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа пшено, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-99, Б-4, Ж-4, У-12, вит.С-1
25	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>Хлеб пшеничный формовой, Масло сливочное</i>	ККал-85, Б-2, Ж-4, У-10
150	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-порошок, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-108, Б-3, Ж-3, У-19, вит.С-1
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-21, Б-1, У-4
<b>Итого за Завтрак</b>		ККал-313, Б-10, Ж-11, У-45, вит.С-2
<b>Завтрак2</b>		
95	<b>Яблоки свежие</b>	ККал-45, У-9, вит.С-10
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-45, У-9, вит.С-10
<b>Обед</b>		
40	<b>Овощи натуральные (огурцы)</b>	ККал-6, У-1, вит.С-4
150	<b>Суп картофельный с крупой (гречневой)</b> <i>Картофель, Крупа гречневая, ядрица, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-99, Б-4, Ж-4, У-12, вит.С-1
150	<b>Плов из птицы</b> <i>Куры-бройлеры, Рис шлифованный, Масло подсолнечное, Лук репчатый, Морковь, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-255, Б-11, Ж-11, У-27, вит.С-1
150	<b>Компот из свежих плодов и ягод</b> <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-72, У-17, вит.С-3
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-47, Б-2, У-10
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККал-54, Б-2
<b>Итого за Обед</b>		ККал-533, Б-19, Ж-15, У-67, вит.С-9
<b>Полдник</b>		
60	<b>Булочка "Российская"</b> <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко пастеризованное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-203, Б-4, Ж-5, У-35
180	<b>Молоко кипяченое</b>	ККал-95, Б-5, Ж-5, У-9, вит.С-2
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-298, Б-9, Ж-10, У-44, вит.С-2
<b>Итого за</b>		ККал-1 189, Б-38, Ж-36, У-165, вит.С-23

Заведующий  
ДОУ \_\_\_\_\_