

**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>		
30	<b>Яйцо отварное</b>	ККал-47, Б-4, Ж-4
25	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>Хлеб пшеничный формовой, Масло сливочное</i>	ККал-85, Б-2, Ж-4, У-10
200	<b>Суп молочный с крупой (манка)</b> <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа манная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-132, Б-5, Ж-5, У-17, 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
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-47, Б-2, У-10
<b>Итого за Завтрак</b>		ККал-455, Б-17, Ж-16, У-62, вит.С-2
<b>Завтрак2</b>		
100	<b>Сок фруктовый</b>	ККал-56, Б-1, У-13, вит.С-2
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-56, Б-1, У-13, вит.С-2
<b>Обед</b>		
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККал-54, Б-2
50	<b>Салат из свеклы с горошком консервированным</b> <i>Свекла, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-47, Б-1, Ж-3, У-4, вит.С-3
200	<b>Суп картофельный с крупой ячневой</b> <i>Мясо говядины, Крупа ячневая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-96, Б-1, Ж-4, У-14, вит.С-1
85	<b>Суфле из печени</b> <i>Печень говяжья, Молоко пастеризованное, Мука пшеничная, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-154, Б-14, Ж-7, У-8, вит.С-13
150	<b>Капуста тушеная</b> <i>Капуста, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Томат-паста</i>	ККал-95, Б-6, Ж-5, У-6, вит.С-26
180	<b>Компот из свежих плодов и ягод</b> <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-86, Б-1, У-21, вит.С-4
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-47, Б-2, У-10
<b>Итого за Обед</b>		ККал-579, Б-27, Ж-19, У-63, вит.С-47
<b>Полдник</b>		
80	<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-222, Б-6, Ж-5, У-37
180	<b>Молоко кипяченое</b>	ККал-95, Б-5, Ж-5, У-9, вит.С-2
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-317, Б-11, Ж-10, У-46, вит.С-2
<b>Итого за</b>		ККал-1 407, Б-56, Ж-45, У-184, вит.С-53

Заведующий  
ДОУ \_\_\_\_\_