

**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>		
30	<b>Яйцо отварное</b>	ККал-47, Б-4, Ж-4
150	<b>Суп молочный с крупой (манка)</b> <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа манная, 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-360, Б-14, Ж-15, У-45, 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>		
40	<b>Салат из свеклы с горошком консервированным</b> <i>Свекла, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-31, Б-1, Ж-2, У-3, вит.С-4
150	<b>Суп картофельный с крупой ячневой</b> <i>Мясо говядины, Крупа ячневая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-72, Б-1, Ж-3, У-10, вит.С-1
50	<b>Суфле из печени</b> <i>Печень говяжья, Молоко пастеризованное, Мука пшеничная, Яйцо куриное, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-90, Б-8, Ж-4, У-5, вит.С-8
120	<b>Капуста тушеная</b> <i>Капуста, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-76, Б-4, Ж-4, У-5, вит.С-20
150	<b>Компот из свежих плодов и ягод</b> <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-72, У-17, вит.С-3
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-21, Б-1, У-4
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККал-54, Б-2
<b>Итого за Обед</b>		ККал-416, Б-17, Ж-13, У-44, вит.С-36
<b>Полдник</b>		
60	<b>Шанежка наливная с яйцом</b> <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Сметана, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-156, Б-6, Ж-2, У-29
150	<b>Молоко кипяченое</b>	ККал-80, Б-4, Ж-4, У-7, вит.С-2
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-236, Б-10, Ж-6, У-36, вит.С-2
<b>Итого за</b>		ККал-1 068, Б-42, Ж-34, У-138, вит.С-42

Заведующий  
ДОУ \_\_\_\_\_