

Меню ДОУ (МБДОУ 2 Сад) - 3 день

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

31	Яйцо отварное	ККал-49, Белки-4, Жиры-4
203	Суп молочный с крупой (манка) <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа манная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-122, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
28	Бутерброд с маслом <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный формовой</i>	ККал-96, Белки-1, Жиры-5, У/в-11
201	Какао с молоком <i>Какао-порошок, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-145, Белки-4, Жиры-3, У/в-25
23	Хлеб пшеничный	ККал-54, Белки-2, У/в-11

Итого за Завтрак ККал-466, Белки-15, Жиры-17, У/в-64

Завтрак2

123	Сок фруктовый	ККал-69, Белки-1, У/в-15
57	Печенье весовое	ККал-282, Жиры-2, У/в-39

Итого за Завтрак2 ККал-351, Белки-1, Жиры-2, У/в-54

Обед

48	салат из свеклы с горошком консервированным <i>Свекла, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-39, Белки-1, Жиры-2, У/в-3
200	Суп картофельный с крупой ячневой <i>Мясо говяжье, Крупа ячневая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-96, Белки-1, Жиры-4, У/в-14
81	Суфле из печени <i>Печень говяжья, Молоко пастеризованное, Мука пшеничная, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-215, Белки-11, Жиры-10, У/в-13
160	Капуста тушеная <i>Капуста, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-130, Белки-3, Жиры-5, У/в-12
177	Кисель из плодов сушеных <i>Сухофрукты, Крахмал картофельный, Сахар-песок</i>	ККал-112, У/в-28
23	Хлеб пшеничный	ККал-54, Белки-2, У/в-11
36	Хлеб ржаной	ККал-63, Белки-2, У/в-12

Итого за Обед ККал-709, Белки-20, Жиры-21, У/в-93

Полдник

83	Шанежка наливная с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Сметана, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-130, Белки-2, Жиры-3, У/в-41
186	Молоко кипяченое	ККал-99, Белки-5, Жиры-9, У/в-7

Итого за Полдник ККал-229, Белки-7, Жиры-12, У/в-48

Итого за день ККал-1755, Белки-43, Жиры-52, У/в-259

Заведующий
ДОУ _____



С.А. Алексеев