



Меню ДОУ (ясли) 07.03.2025г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак 1		
150	Каша "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-181, Белки-5, Жиры-6, У/в-26
30/6	Бутерброд с маслом(ясли). <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок)</i>	ККал-27, У/в-7

Итого за Завтрак 1 ККал-340, Белки-8, Жиры-10, У/в-54

Обед 3

50	Салат "Степной" (ясли.) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Горошек зеленый консерв., Огурцы консервированные</i>	ККал-54, Белки-1, Жиры-2, У/в-7
180	Суп картофельный с клецками на к/б со сметаной (ясли) <i>Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль Йодированная, Куры, Мука пшеничная, Яйцо, Сметана</i>	ККал-225, Белки-8, Жиры-8, У/в-27
200	Капуста тушеная с курицей (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное,</i>	ККал-302, Белки-14, Жиры-17, У/в-12

Масло подсолнечное, Томат-паста, Куры

180 **Компот из сухофруктов(ясли).** ККал-82, У/в-21
Сахар (песок), Сухофрукты

40 **Хлеб ржано-пшеничный(ясли)** ККал-72, Белки-3, У/в-14

Итого за Обед 3 ККал-735, Белки-26, Жиры-28, У/в-81

Ужин 5

50 **Салат "Свеколка"(ясли)** ККал-53, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
Свекла, Масло подсолнечное

130 **Пюре картофельное(ясли)** ККал-166, Белки-4, Жиры-4, У/в-24
Картофель, Масло сливочное, Молоко

180 **Чай с сахаром(ясли)** ККал-37, У/в-7
Чай черный байховый, Сахар (песок)

30 **Хлеб пшеничный (ясли)** ККал-79, Белки-2, Жиры-1, У/в-15

Итого за Ужин 5 ККал-335, Белки-7, Жиры-6, У/в-53

Итого за ККал-1 410, Белки-42, Жиры-45, У/в-188



Меню ДОУ (сад) 07.03.2025г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак 1		
200	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, Масло сливочное, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-235, Белки-5, Жиры-7, У/в-26
40/6	Бутерброд с маслом(сад). <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	ККал-193, Белки-4, Жиры-5, У/в-28
200	Чай с сахаром(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок)</i>	ККал-50, У/в-8

Итого за Завтрак 1 ККал-478, Белки-9, Жиры-12, У/в-61

Обед 3

60	Салат "Степной" (сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Горошек зеленый консерв., Огурцы консервированные</i>	ККал-80, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
200	Суп картофельный с клецками на к/б со сметаной (сад) <i>Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль Йодированная, Куры, Мука пшеничная, Яйцо, Сметана</i>	ККал-260, Белки-10, Жиры-9, У/в-31
230	Капуста тушеная с курицей (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло подсолнечное, Томат-паста, Куры</i>	ККал-368, Белки-19, Жиры-22, У/в-14
200	Компот из сухофруктов(сад)	ККал-90, Белки-1, Жиры-1, У/в-21

Сахар (песок), Сухофрукты
50 **Хлеб ржано-пшеничный (сад)** ККал-95, Белки-3, Жиры-1, У/в-17

Итого за Обед 3 ККал-893, Белки-35, Жиры-35, У/в-93

Ужин 5

60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло подсолнечное</i>	ККал-70, Белки-1, Жиры-2, У/в-7
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Масло сливочное, Молоко</i>	ККал-239, Белки-5, Жиры-5, У/в-32
200	Чай с сахаром(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок)</i>	ККал-40, У/в-8
40	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-20

Итого за Ужин 5 ККал-459, Белки-9, Жиры-9, У/в-67

Итого за ККал-1 830, Белки-53, Жиры-55, У/в-222