



Меню ДОУ (ясли) 11.04.2025г.

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

Завтрак 1

150	Каша манная молочная(ясли) <i>Крупа манная, Масло сливочное, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-207, Белки-5, Жиры-6, У/в-33
30/5/4	Бутерброд с маслом и сыром (ясли). <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный, Сыр</i>	ККал-148, Белки-4, Жиры-5, У/в-21
180	Какао с молоком(ясли) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-100, Белки-3, Жиры-3, У/в-15

Итого за Завтрак 1 ККал-455, Белки-12, Жиры-15, У/в-69

Обед 3

50	Винегрет (ясли.) <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Горошек зеленый консерв., Огурцы консервированные, Капуста квашенная</i>	ККал-92, Белки-3, Жиры-2, У/в-16
180	Щи на к/б со сметаной (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль Йодированная, Томат-паста, Куры, Сметана</i>	ККал-185, Белки-8, Жиры-7, У/в-20
70	Гуляш из курицы (ясли) <i>Куры, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное</i>	ККал-152, Белки-8, Жиры-11, У/в-5

130 **Рис отварной(ясли)** ККал-118, Белки-2, Жиры-2, У/в-21
Крупа рисовая, Масло сливочное

180 **Компот из сухофруктов(ясли)** ККал-78, Белки-1, Жиры-1, У/в-20
Сахар (песок), Сухофрукты

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

Итого за Обед 3 ККал-696, Белки-25, Жиры-24, У/в-97

Полдник 4

180 **Кисель (ясли)** ККал-110, У/в-11
Концентрат киселя, Сахар (песок)

28 **Печенье (ясли)** ККал-150, Белки-7, Жиры-4, У/в-21

Итого за Полдник 4 ККал-260, Белки-7, Жиры-4, У/в-32

Ужин 5

50 **Салат "Свеколка"(ясли)** ККал-43, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
Свекла, Масло подсолнечное

130 **Пюре картофельное(ясли)** ККал-162, Белки-4, Жиры-5, У/в-24
Картофель, Молоко, Масло сливочное

180 **Чай с сахаром(ясли)** ККал-27, 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-310, Белки-7, Жиры-7, У/в-53

Итого за ККал-1 722, Белки-51, Жиры-50, У/в-252



Меню ДОУ (сад) 11.04.2025г.

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

Завтрак 1

- 200 **Каша манная молочная (сад)** ККал-230, Белки-5, Жиры-7, У/в-37
Крупа манная, Масло сливочное, Сахар (песок), Молоко
- 40/6/6 **Бутерброд с маслом и сыром(сад).** ККал-196, Белки-6, Жиры-7, У/в-28
Масло сливочное, Сыр, Хлеб пшеничный
- 200 **Какао с молоком (сад)** ККал-93, Белки-3, Жиры-3, У/в-13
Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко

Итого за Завтрак 1 ККал-519, Белки-14, Жиры-17, У/в-77

Обед 3

- 60 **Винегрет (сад)** ККал-98, Белки-3, Жиры-2, У/в-18
Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Горошек зеленый консерв., Огурцы консервированные, Капуста квашенная
- 200 **Щи на к/б со сметаной(сад)** ККал-160, Белки-7, Жиры-8, У/в-14
Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль йодированная, Томат-паста, Куры, Сметана
- 80 **Гуляш из курицы(сад)** ККал-247, Белки-15, Жиры-18, У/в-6
Куры, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное
- 150 **Рис отварной(сад)** ККал-165, Белки-3, Жиры-4, У/в-29
Крупа рисовая, Масло сливочное
- 200 **Компот из** ККал-82, Белки-1, Жиры-1, У/в-21

сухофруктов(сад)

Сахар (песок), Сухофрукты

- 50 **Хлеб ржано-пшеничный (сад)** ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-17

Итого за Обед 3 ККал-843, Белки-33, Жиры-34, У/в-104

Полдник 4

- 200 **Кисель (сад)** ККал-182, У/в-12
Концентрат киселя, Сахар (песок)
- 28 **Печенье (сад)** ККал-212, Белки-9, Жиры-5, У/в-30

Итого за Полдник 4 ККал-393, Белки-9, Жиры-5, У/в-42

Ужин 5

- 60 **Салат "Свеколка"(сад)** ККал-49, Белки-1, Жиры-2, У/в-7
Свекла, Масло подсолнечное
- 150 **Пюре картофельное(сад)** ККал-202, Белки-5, Жиры-5, У/в-32
Картофель, Молоко, Масло сливочное
- 200 **Чай с сахаром(сад)** ККал-30, У/в-8
Чай черный байховый, Сахар (песок)
- 40 **Хлеб пшеничный (сад)** ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20

Итого за Ужин 5 ККал-387, Белки-9, Жиры-9, У/в-67

Итого за ККал-2 142, Белки-66, Жиры-65, У/в-291

