



## Меню ДОУ (сад) 21.04.2025г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак 1</b>		
200	<b>Каши гречневая. (сад)</b> <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-167, Белки-5, Жиры-5, У/в-25
40/6/6	<b>Бутерброд с маслом и сыром(сад)</b> <i>Масло сливочное, Сыр, Хлеб пшеничный</i>	ККал-196, Белки-6, Жиры-7, У/в-28
200	<b>Чай с сахаром(сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок)</i>	ККал-30, У/в-8

**Итого за Завтрак 1** ККал-393, Белки-11, Жиры-12, У/в-61

### Обед 3

60	<b>Салат "Свеколка"(сад)</b> <i>Свекла, Масло подсолнечное</i>	ККал-49, Белки-1, Жиры-2, У/в-7
200	<b>Суп гороховый на к/б (сад)</b> <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль Йодированная, Куры</i>	ККал-173, Белки-7, Жиры-8, У/в-17
230	<b>Плов из птицы(сад)</b> <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Куры, Масло сливочное, Масло подсолнечное</i>	ККал-425, Белки-18, Жиры-22, У/в-38
200	<b>Компот из сухофруктов(сад)</b> <i>Сахар (песок), Сухофрукты</i>	ККал-82, Белки-1, Жиры-1, У/в-21
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный (сад)</b>	ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-17

**Итого за Обед 3** ККал-820, Белки-32, Жиры-34, У/в-99

### Полдник 4

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

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

### Ужин 5

200	<b>Вермишель молочная (Сад)</b> <i>Макаронные изделия, Сахар (песок), Масло сливочное, Молоко</i>	ККал-192, Белки-5, Жиры-7, У/в-27
200	<b>Какао с молоком (сад)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-93, Белки-3, Жиры-3, У/в-13
40	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20

**Итого за Ужин 5** ККал-390, Белки-12, Жиры-12, У/в-60

**Итого за** ККал-1 996, Белки-63, Жиры-63, У/в-262



## Меню ДОУ (ясли) 21.04.2025г.

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

### Завтрак 1

150 **Каша гречневая (ясли).** ККал-130, Белки-4, Жиры-3, У/в-22  
*Крупа гречневая, Масло сливочное, Сахар (песок)*

30/5/4 **Бутерброд с маслом и сыром (ясли).** ККал-148, Белки-4, Жиры-5, У/в-21  
*Масло сливочное, Хлеб пшеничный, Сыр*

180 **Чай с сахаром(ясли)** ККал-27, У/в-7  
*Чай черный байховый, Сахар (песок)*

**Итого за Завтрак 1** ККал-305, Белки-9, Жиры-8, У/в-50

### Обед 3

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

180 **Суп гороховый на к/б (ясли)** ККал-145, Белки-6, Жиры-8, У/в-12  
*Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль Йодированная, Куры*

200 **Плов из птицы (ясли)** ККал-291, Белки-14, Жиры-19, У/в-16  
*Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Куры, Масло сливочное, Масло подсолнечное*

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-633, Белки-24, Жиры-28, У/в-70

### 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

150 **Вермишель молочная (Ясли)** ККал-147, Белки-4, Жиры-6, У/в-18  
*Макаронные изделия, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное*

180 **Какао с молоком(ясли)** ККал-100, Белки-3, Жиры-3, У/в-15  
*Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко*

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

**Итого за Ужин 5** ККал-326, Белки-10, Жиры-11, У/в-48

**Итого за** ККал-1 525, Белки-49, Жиры-50, У/в-200

