



## Меню ДОУ (сад) 02.11.2024г.

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

### Завтрак 1

200	<b>Суп молочный с крупой (сад)</b> <i>Крупа рисовая, Сахар (песок), Масло сливочное, Молоко</i>	ККал-172, Белки-4, Жиры-7, У/в-23
40/6/6	<b>Бутерброд с маслом и сыром(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</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-398, Белки-10, Жиры-14, У/в-59

### Завтрак 2

200	<b>Сок фруктовый (сад)</b>	ККал-96, У/в-24
-----	----------------------------	-----------------

**Итого за Завтрак 2** ККал-96, У/в-24

### Обед 3

60	<b>Салат из свежей моркови(сад)</b> <i>Морковь, Масло подсолнечное</i>	ККал-42, Белки-1, Жиры-2, У/в-5
200	<b>Щи на к/б со сметаной(сад)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль йодированная, Томат-паста, Куры, Сметана</i>	ККал-156, Белки-7, Жиры-9, У/в-11
230	<b>Картофель тушеный с курицей(сад)</b> <i>Куры, Масло сливочное, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Томат-</i>	ККал-369, Белки-18, Жиры-22, У/в-24

*паста, Масло подсолнечное*

200	<b>Компот из сухофруктов(сад)</b> <i>Сахар (песок), Сухофрукты</i>	ККал-60, Белки-1, Жиры-1, У/в-15
-----	---	----------------------------------

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

**Итого за Обед 3** ККал-718, Белки-30, Жиры-35, У/в-73

### Полдник 4

160	<b>Омлет (сад)</b>	ККал-222, Белки-12, Жиры-16, У/в-6
-----	--------------------	------------------------------------

*Яйцо, Масло сливочное, Масло подсолнечное, Мука пшеничная, Молоко*

200	<b>Кисель (сад)</b>	ККал-130, У/в-13
-----	---------------------	------------------

*Концентрат киселя, Сахар (песок)*

28	<b>Печенье (сад)</b>	ККал-212, Белки-9, Жиры-5, У/в-30
----	----------------------	-----------------------------------

40	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20
----	-----------------------------	-----------------------------------

**Итого за Ужин 5** ККал-669, Белки-24, Жиры-23, У/в-69

**Итого за** ККал-1 881, Белки-64, Жиры-72, У/в-225



## Меню ДОУ (ясли) 02.11.2024г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак 1</b>		
150	<b>Суп молочный с крупой (ясли)</b> <i>Крупа рисовая, Сахар (песок), Масло сливочное, Молоко</i>	ККал-119, Белки-3, Жиры-6, У/в-13
30/5/4	<b>Бутерброд с маслом и сыром (ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-148, Белки-4, Жиры-5, У/в-21
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок)</i>	ККал-27, У/в-7
<b>Итого за Завтрак 1</b>		
ККал-294, Белки-8, Жиры-11, У/в-40		
<b>Завтрак 2</b>		
200	<b>Сок фруктовый (ясли)</b>	ККал-96, У/в-24
<b>Итого за Завтрак 2</b>		
ККал-96, У/в-24		
<b>Обед 3</b>		
50	<b>Салат из свежей моркови(ясли)</b> <i>Морковь, Масло подсолнечное</i>	ККал-22, Жиры-1, У/в-3
180	<b>Щи на к/б со сметаной (ясли)</b> <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

200 **Картофель тушеный с курицей(ясли)** ККал-319, Белки-15, Жиры-20, У/в-19

*Куры, Масло сливочное, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, 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-680, Белки-26, Жиры-29, У/в-77

### Полдник 4

150 **Омлет(ясли)** ККал-144, Белки-6, Жиры-11, У/в-4

*Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Масло подсолнечное, Мука пшеничная*

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

180 **Кисель (ясли)** ККал-110, У/в-11

*Концентрат киселя, Сахар (песок)*

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

**Итого за Ужин 5** ККал-482, Белки-15, Жиры-16, У/в-51

**Итого за** ККал-1 552, Белки-49, Жиры-56, У/в-192

