

**Меню ДОУ (МБДОУ 4 Ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
30	<b>Яйцо отварное</b>	ККал-47, Белки-4, Жиры-2
150	<b>Суп молочный с крупой (манка)</b> <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа манная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-99, Белки-4, Жиры-3, У/в-12
20	<b>Хлеб пшеничный (бутерброд)</b>	ККал-47, Белки-2, У/в-10
5	<b>Масло сливочное</b>	ККал-37, Жиры-4
151	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-порошок, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-109, Белки-3, Жиры-2, У/в-19
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-24, Белки-5, У/в-1
<b>Итого за Завтрак</b>		ККал-363, Белки-18, Жиры-11, У/в-42
<b><u>Завтрак2</u></b>		
33	<b>Печенье весовое</b>	ККал-137, Белки-3, Жиры-3, У/в-28
112	<b>Сок фруктовый</b>	ККал-63, Белки-1, У/в-14
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-200, Белки-4, Жиры-3, У/в-42
<b><u>Обед</u></b>		
18	<b>салат из свеклы</b> <i>Свекла, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-12, Жиры-2, У/в-2
19	<b>зеленый горошек консервированный</b> <i>Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	ККал-9, Белки-1, У/в-1
147	<b>Суп картофельный с крупой ячневой</b> <i>Мясо говядины, Крупа ячневая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-71, Белки-1, Жиры-3, У/в-10
50	<b>Суфле из печени</b> <i>Печень говяжья, Молоко пастеризованное, Мука пшеничная, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-90, Белки-8, Жиры-4, У/в-6
119	<b>Каша пшеничная вязкая</b> <i>Крупа пшеничная (яровая), Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-175, Белки-5, Жиры-7, У/в-23
149	<b>Кисель из плодов сушеных</b> <i>Сухофрукты, Крахмал картофельный, Сахар-песок</i>	ККал-111, У/в-23
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-24, Белки-5, У/в-1
31	<b>Хлеб ржаной</b>	ККал-54, Белки-2, У/в-10
<b>Итого за Обед</b>		ККал-546, Белки-22, Жиры-16, У/в-76
<b><u>Полдник</u></b>		
61	<b>Шанежка наливная с яйцом</b> <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Сметана, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-159, Белки-6, Жиры-2, У/в-29
150	<b>Молоко кипяченое</b>	ККал-80, Белки-4, Жиры-4, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-239, Белки-10, Жиры-6, У/в-36
<b>Итого за</b>		ККал-1 348, Белки-54, Жиры-36, У/в-196

Заведующий  
ДОУ \_\_\_\_\_