Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детск

06.05.2024

Меню ДОУ (МБДОУ 4 Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
30	**Яйцо отварное**	ККал-47, Белки-4, Жиры-2
119	**Каша пшеничная вязкая** *Крупа пшеничная (ячневая), Масло сливочное , Соль поваренная пищевая*	ККал-175, Белки-5, Жиры-7, У/в-23
49	**Икра кабачковая (промышленного производства)**	ККал-58, Белки-1, Жиры-4, У/в-4
21	**Хлеб пшеничный (бутерброд)**	ККал-49, Белки-2, У/в-10
5	**Масло сливочное**	ККал-37, Жиры-4
181	**Чай с сахаром** *Чай черный , Сахар-песок*	ККал-46, У/в-11
21	**Хлеб пшеничный**	ККал-49, Белки-2, У/в-10
	Итого за Завтрак	ККал-461, Белки-14, Жиры-17, У/в-58
	Завтрак2	
100	**Яблоки свежие**	ККал-45, Белки-1, У/в-9
	Итого за Завтрак2	ККал-45, Белки-1, У/в-9
	Обед	
49	**Икра свекольная** *Свекла, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Томат-паста, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая*	ККал-57, Белки-1, Жиры-4, У/в-5
184	**Рассольник Ленинградский** *Картофель , Рис шлифованный, Лук репчатый, Морковь, Огурцы консервированные, Сметана , Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая*	ККал-89, Белки-2, Жиры-4, У/в-12
219	**Жаркое по-домашнему** *Картофель , Мясо говядины, Лук репчатый, Томат-паста, Масло сливочное , Соль поваренная пищевая*	ККал-377, Белки-26, Жиры-23, У/в-17
181	**Компот из свежих плодов и ягод** *Яблоки, Сахар-песок*	ККал-87, Белки-1, У/в-21
21	**Хлеб пшеничный**	ККал-49, Белки-2, У/в-10
40	**Хлеб ржаной**	ККал-70, Белки-3, У/в-13
	Итого за Обед	ККал-729, Белки-35, Жиры-31, У/в-78
	Полдник	
69	**Пирожок сдобный с яблоком** *Мука пшеничная , Сахар-песок, Масло сливочное , Яйцо куриное, Соль поваренная пищевая , Дрожжи сухие, Яблоки, Масло подсолнечное*	ККал-225, Белки-4, Жиры-4, У/в-43
183	**Сок фруктовый**	ККал-84, Белки-1, У/в-19
	Итого за Полдник	ККал-309, Белки-5, Жиры-4, У/в-62
	Итого за	ККал-1 544, Белки-55, Жиры-52, У/в-207

Заведующий ДОУ _____