

**Меню ДОУ (МБДОУ 4 Ясли)**

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

**Завтрак**

150	<b>Суп молочный с крупой (Геркулес)</b> <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Хлопья овсяные (Геркулес), Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-153, Белки-4, Жиры-3, У/в-12
20	<b>Хлеб пшеничный (бутерброд)</b>	ККал-47, Белки-2, У/в-10
4	<b>Масло сливочное</b>	ККал-30, Жиры-3
7,5	<b>Сыр (порциями)</b>	ККал-26, Белки-2, Жиры-1
151	<b>Чай с молоком</b> <i>Чай черный, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-84, Белки-1, Жиры-2, У/в-12
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-24, Белки-5, У/в-1
<b>Итого за Завтрак</b>		ККал-364, Белки-14, Жиры-9, У/в-35

**Завтрак2**

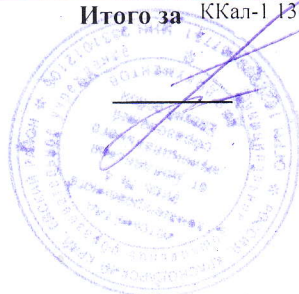
95	<b>Яблоки свежие</b>	ККал-45, Белки-1, У/в-9
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-45, Белки-1, У/в-9

**Обед**

40	<b>Овощи натуральные соленые (помидоры)</b>	ККал-8, У/в-1
150	<b>Щи из свежей капусты</b> <i>Картофель, Капуста, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Сметана, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-45, Белки-1, Жиры-3, У/в-4
59	<b>Суфле из отварной говядины</b> <i>Мясо говядины, Яйцо куриное, Молоко пастеризованное, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Мука пшеничная</i>	ККал-158, Белки-13, Жиры-11, У/в-3
19	<b>Соус молочный</b> <i>Масло сливочное, Молоко пастеризованное, Мука пшеничная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-22, Белки-2, Жиры-1, У/в-2
94	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-91, Белки-4, У/в-18
151	<b>Компот из свежих плодов и ягод</b> <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-72, У/в-17
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-24, Белки-5, У/в-1
27	<b>Хлеб ржаной</b>	ККал-47, Белки-2, У/в-9
<b>Итого за Обед</b>		ККал-467, Белки-27, Жиры-15, У/в-55

**Полдник**

74	<b>Ленивые вареники с маслом</b> <i>Творог, Мука пшеничная, Сахар-песок, Яйцо куриное, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное</i>	ККал-154, Белки-11, Жиры-7, У/в-10
18	<b>Соус сметанный (сладкий)</b> <i>Сметана, Масло сливочное, Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Мука пшеничная</i>	ККал-18, Жиры-1, У/в-1
176	<b>Кефир/Ряженка</b>	ККал-88, Белки-5, Жиры-4, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-260, Белки-16, Жиры-12, У/в-18

**Итого за** ККал-1136, Белки-58, Жиры-36, У/в-117Заведующий  
ДОУ \_\_\_\_\_

*Заведующий*  
\_\_\_\_\_