

**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>		
140	<b>Суп молочный с крупой (пшено)</b> <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Крупа пшено, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-136, Белки-3, Жиры-3, У/в-15
20	<b>Хлеб пшеничный (бутерброд)</b>	ККал-47, Белки-2, У/в-10
5	<b>Масло сливочное</b>	ККал-37, Жиры-4
160	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-порошок, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-2, У/в-20
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-24, Белки-5, У/в-1
<b>Итого за Завтрак</b>		ККал-359, Белки-13, Жиры-9, У/в-46
<b><u>Завтрак2</u></b>		
95	<b>Яблоки свежие</b>	ККал-45, Белки-1, У/в-9
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-45, Белки-1, У/в-9
<b><u>Обед</u></b>		
39	<b>Икра морковная</b> <i>Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-45, Белки-1, Жиры-3, У/в-4
150	<b>Суп картофельный с крупой (гречневой)</b> <i>Картофель, Крупа гречневая, ядрица, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-39, Белки-4, Жиры-3, У/в-16
59	<b>Биштекс</b> <i>Мясо говядины, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное</i>	ККал-120, Белки-12, Жиры-6, У/в-5
10	<b>Соус томатный</b> <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Сахар-песок</i>	ККал-7, У/в-1
110	<b>Картофель отварной</b> <i>Картофель, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-4, У/в-18
150	<b>Компот из свежих плодов и ягод</b> <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-72, У/в-17
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККал-47, Белки-2, У/в-10
28	<b>Хлеб ржаной</b>	ККал-49, Белки-2, У/в-9
<b>Итого за Обед</b>		ККал-491, Белки-23, Жиры-16, У/в-80
<b><u>Полдник</u></b>		
58	<b>Булочка "Российская"</b> <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко пастеризованное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-196, Белки-4, Жиры-4, У/в-34
163	<b>Молоко кипяченое</b>	ККал-86, Белки-5, Жиры-8, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-282, Белки-9, Жиры-12, У/в-41
<b>Итого за</b>		ККал-1177, Белки-46, Жиры-37, У/в-176

Заведующий  
ДОУ \_\_\_\_\_