

Меню ДОУ (МБДОУ 12 Сад)

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

Завтрак

198	Суп молочный с крупой (пшено) <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Крупа пшено, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-130, Белки-5, Жиры-5, У/в-16
37	Бутерброд с сыром <i>Сыр твердых сортов, Масло сливочное, Хлеб пшеничный формовой</i>	ККал-110, Белки-3, У/в-13
199	Какао с молоком <i>Какао-порошок, Молоко пастеризованное, Сахар-песок</i>	ККал-143, Белки-4, Жиры-3, У/в-25
11	Хлеб пшеничный	ККал-26, Белки-2, У/в-11

Итого за Завтрак ККал-409, Белки-14, Жиры-8, У/в-65**Завтрак2**

100	Яблоки свежие	ККал-47, У/в-10
-----	----------------------	-----------------

Итого за Завтрак2 ККал-47, У/в-10**Обед**

49	Икра морковная <i>Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-56, Белки-1, Жиры-4, У/в-5
182	Суп картофельный с крупой (перловая) <i>Крупа перловая, Картофель, Масло подсолнечное, Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-77, Белки-1, Жиры-4, У/в-12
69	Бифитекс <i>Мясо свинина, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное</i>	ККал-183, Белки-8, Жиры-8, У/в-2
30	Соус томатный <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Сахар-песок</i>	ККал-20, Жиры-1, У/в-2
131	Картофель отварной <i>Картофель, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-122, Белки-2, Жиры-3, У/в-17
182	Компот из сухофруктов <i>Сахар-песок, Сухофрукты</i>	ККал-100, Белки-1, У/в-25
21	Хлеб пшеничный	ККал-49, Белки-2, У/в-10
29	Хлеб ржаной	ККал-51, Белки-2, У/в-10

Итого за Обед ККал-658, Белки-17, Жиры-20, У/в-83**Полдник**

69	Булочка Российская" <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко пастеризованное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-178, Белки-1, Жиры-4, У/в-46
177	Молоко кипяченое	ККал-94, Белки-5, Жиры-8, У/в-7

Итого за Полдник ККал-272, Белки-6, Жиры-12, У/в-53**Итого за** ККал-1386, Белки-37, Жиры-40, У/в-211

Заведующий



[Handwritten signature]

[Handwritten signature]