

Меню ДОУ (МБДОУ 12 Ясли)

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

Завтрак

30	Яйцо отварное	ККал-47, Белки-3, Жиры-4
153	Суп молочный с крупой (манка) <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа манная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-101, Белки-3, Жиры-4, У/в-13
152	Кофейный напиток с молоком <i>Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Кофейный напиток</i>	ККал-74, Белки-2, Жиры-2, У/в-12
11	Хлеб пшеничный	ККал-26, Белки-2, У/в-11
28	Бутерброд с маслом <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный формовой</i>	ККал-96, Белки-1, Жиры-5, У/в-11

Итого за Завтрак ККал-344, Белки-11, Жиры-15, У/в-47**Завтрак2**

107	Сок фруктовый	ККал-60, Белки-1, У/в-13
-----	----------------------	--------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-60, Белки-1, У/в-13**Обед**

38	Салат из свеклы с горошком консервированным <i>Свекла, Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-26, Белки-1, Жиры-2, У/в-2
152	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный) <i>Капуста, Свекла, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Томат-паста, Масло подсолнечное, Сметана, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-58, Белки-1, Жиры-3, У/в-6
149	Плов из птицы <i>Куры-бройлера, Рис шлифованный, Масло подсолнечное, Лук репчатый, Морковь, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-219, Белки-10, Жиры-10, У/в-27
151	Компот из свежих плодов и ягод <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-72, У/в-17
22	Хлеб пшеничный	ККал-52, Белки-2, У/в-11
29	Хлеб ржаной	ККал-51, Белки-2, У/в-10

Итого за Обед ККал-478, Белки-16, Жиры-15, У/в-73**Полдник**

71	Запеканка из творога с морковью <i>Творог, Крупа манная, Морковь, Молоко пастеризованное, Сметана, Сахар-песок, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-91, Белки-5, Жиры-7, У/в-7
21	Соус молочный (сладкий) <i>Молоко пастеризованное, Мука пшеничная, Масло сливочное, Сахар-песок</i>	ККал-18, Белки-1, Жиры-1, У/в-2
178	Кефир/Ряженка	ККал-89, Белки-5, Жиры-4, У/в-7

Итого за Полдник ККал-198, Белки-11, Жиры-12, У/в-16**Итого за** ККал-1 080, Белки-39, Жиры-42, У/в-149

Заведующий



[Handwritten signature]

Иванченко О.А.