

Меню ДОУ (МБДОУ 11 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
51	Икра кабачковая (промышленного производства)	ККал-61, Белки-1, Жиры-5, У/в-4
120	Каша гречневая вязкая <i>Крупа гречневая, вода, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-170, Белки-6, Жиры-8, У/в-20
21	Хлеб пшеничный (бютерброд)	ККал-49, Белки-2, У/в-10
21	Хлеб пшеничный	ККал-49, Белки-2, У/в-10
5	Масло сливочное	ККал-37, Жиры-4
180	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	ККал-46, У/в-11
Итого за Завтрак		ККал-459, Белки-15, Жиры-19, У/в-55
Завтрак2		
100	Яблоки свежие	ККал-45, Белки-1, У/в-9
Итого за Завтрак2		ККал-45, Белки-1, У/в-9
Обед		
56	Салат из квашеной капусты с луком <i>Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	ККал-61, Белки-1, Жиры-6, У/в-2
180	Суп картофельный с бобовыми <i>Мясо говядины, Горох, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-87, Белки-1, Жиры-4, У/в-12
84	Печень по-строгановски <i>Печень говяжья, Масло подсолнечное, Сметана, Молоко пастеризованное, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-164, Белки-28, Жиры-11, У/в-3
140	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-135, Белки-5, Жиры-1, У/в-27
180	Компот из сухофруктов <i>Сахар-песок, Сухофрукты</i>	ККал-99, Белки-1, У/в-24
21	Хлеб пшеничный	ККал-49, Белки-2, У/в-10
31	Хлеб ржаной	ККал-54, Белки-2, У/в-10
Итого за Обед		ККал-649, Белки-40, Жиры-22, У/в-88
Полдник		
79	Шанежка наливная с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Сметана, Яйца куриные, Масло подсолнечное, Дрожжи сухие, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-220, Белки-6, Жиры-5, У/в-37
184	Сок фруктовый	ККал-103, Белки-2, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-323, Белки-8, Жиры-5, У/в-60
Итого за		ККал-1 476, Белки-64, Жиры-46, У/в-212

Заведующий
ДОУ

и.о.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 11