

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

3 июля 2024 г.

Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	150	3,4	5,1	19,6	138	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,4	1,9	10,4	69	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
	366	8,1	12,2	45,1	323	0,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71	15
	150	0,6	0,6	14,7	71	15
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С МЯСОМ КУР	180	6,3	5,8	19,7	157	6,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	9,6	14,1	9,6	205	27,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		13	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	580	18,7	20,3	59,3	496	34,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	210	5,8	5,4	31,5	200	0,9
Ужин						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	4
РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ И ОВОЩАМИ	150	3,8	6,4	37,5	224	1,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	400	6,5	6,6	60,6	329	5,1

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

— /Л.В.Любавцева/



МЕИЮ

3 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200	4,3	5,2	25,7	167	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,7	2,2	12,1	79	0,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	35/8	2,7	6,8	17,7	143	0
	443	9,7	14,2	55,5	389	0,8
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71	15
	150	0,6	0,6	14,7	71	15
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С МЯСОМ КУР	200	7	8,3	21,1	188	7,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	230	10,9	14,9	11,8	226	31,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	680	21,5	23,6	69,1	576	39,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	230	6,4	5,9	32,5	211	1
Ужин						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8	6
РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ И ОВОЩАМИ	170	4,1	7,3	41,5	249	1,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	465	7,4	7,6	69,6	376	7,3