

Согласовано

Зав. МАДОУ Детский сад №172/1 г. Саранск

М. М. Мухоморова И.В. Лю

Согласовано

Зав. МАДОУ Детский сад №172/1 г. Саранск

М. М. Мухоморова И.В. Лю

13 ноября 2024 г.

13 ноября 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	4,7	7,2	21,9	171	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,4	1,9	11,6	73	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	34/8	2,6	6,8	17,3	141	0
	442	9,7	15,9	50,8	385	0,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО	102	0,4	0,4	10	48	10,2
	102	0,4	0,4	10	48	10,2
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6,7	8,1	20,3	185	7,4
ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	230	9,6	12,5	14,8	211	19,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	21	101	0
	679	19,9	21	71,1	557	27,3
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	196	5,5	4,8	9,1	103	1
ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
	221	7,4	7,3	27,7	207	1
Ужин						
САЛАТ "БУРЯЧОК"	60	0,9	2	5,3	44	3,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,3	5,8	34,2	210	0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,2	81	0
	444	8,9	8	65,7	371	3,6

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

П.В.Любавцева/

МЕНЮ

13 ноября 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4	5,9	17,6	140	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,1	1,6	9	60	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	29/6	2,2	5,2	14,7	115	0
	365	8,3	12,7	41,3	315	0,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО	102	0,4	0,4	10	48	10,2
	102	0,4	0,4	10	48	10,2
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,4	6,2	14,6	139	6
ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	180	8,2	10,8	11,3	176	15,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		14	56	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,8	81	0
	580	16,4	17,3	56,7	452	21,6
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	176	4,9	4,3	8,2	92	0,9
ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
	201	6,8	6,8	26,8	196	0,9
Ужин						
САЛАТ "БУРЯЧОК"	40	0,7	1	3,4	26	2,3
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ ОЛИВОЧНЫМ	130	4,9	5,7	30,7	194	0
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,7	70	0
	379	7,9	6,9	55,8	318	2,3