

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

16 октября 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	17,7	140	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,1	1,6	9,9	64	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
	366	8,4	12,7	42,7	320	0,7
II Завтрак						
СОК	138	0,7	0,1	14	60	2,8
	138	0,7	0,1	14	60	2,8
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	8,2	14,3	154	5,7
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	180	8,5	12,4	13,5	201	16,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		13	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16	77	0
	578	16,5	20,9	56,8	484	22,4
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5	4,4	8,3	94	0,9
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	209	5,8	5,4	31,5	200	0,9
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,7	2	3,6	36	2,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,5	4,3	24,8	152	12,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,6	64	0
	397	6,4	6,5	49	280	14,8



Заведующая
МАДОУ "Детский сад №112"
/Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

16 октября 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	4,9	7,2	22,1	174	0,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,4	1,9	11,6	74	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	35/8	2,7	6,8	17,7	143	0
	443	10	15,9	51,4	391	0,8
II Завтрак						
СОК -	138	0,7	0,1	14	60	2,8
	138	0,7	0,1	14	60	2,8
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6,6	10,1	20	201	7,2
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	229	8,8	13,5	16,3	223	17,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	20	96	0
	676	18,8	24	71,3	580	25,3
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,6	4,9	9,2	104	1
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	229	6,4	5,9	32,4	210	1
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1,1	2,1	5,2	44	3,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	4,1	4,5	28,5	171	13,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	465	8	6,8	60,3	334	17,5