

Согласовано



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

МЕНЮ
21 августа 2024 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4	5,8	16,4	134	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2	1,6	8,8	57	0,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	20/6	1,5	5,1	9,9	92	
	356	7,5	12,5	35,1	283	0,6
II Завтрак						
СОК	139	0,7	0,1	14	60	2,8
	139	0,7	0,1	14	60	2,8
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,6	6,5	17,1	152	7,1
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	180	9	13,1	12,4	204	16,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		13	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
	581	17,5	20	59,9	492	23,4
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	164	4,7	4	7,7	86	0,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,9	47	0
	184	6,2	4,1	17,6	133	0,8
Ужин						
САЛАТ "СВЕТОФОР"	40	0,6	2	4	37	5,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,4	4,4	22,8	145	11,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,9	47	0
	388	5,6	6,5	43,7	257	16,2

Список детей гру

МЕНЮ

21 августа 2024 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	4,6	7,1	20,7	164	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,5	2	10,7	71	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	25/8	1,9	6,8	12,5	118	0
	433	9	15,9	43,9	353	0,7
II Завтрак						
СОК	139	0,7	0,1	14	60	2,8
	139	0,7	0,1	14	60	2,8
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6,7	8,3	21	190	7,7
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	230	10,6	14,9	17,8	248	21,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		16	64	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,7	105	0
	681	21	23,7	76,5	607	29,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,1	4,5	8,5	96	1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,4	59	0
	208	7	4,7	20,9	155	1
Ужин						
САЛАТ "СВЕТОФОР"	60	0,9	2	4,8	42	18,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	168	4,2	4,6	29,1	175	14,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,4	59	0
	453	7,1	6,8	54,4	308	32,6