

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

2 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	5,8	17,4	138	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,1	1,7	9,1	60	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	20/6	1,5	5,1	10	92	0
	356	7,6	12,6	36,5	290	0,7
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	8,5	14,8	160	6
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	180	8,9	13,1	11,7	201	15,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		13	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	580	17	22	56,5	495	21,9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	200	6,5	4,5	18,3	141	0,9
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	2	3,6	36	2,5
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	13,3	4,2	27,8	202	0
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	370	15,5	6,3	49,4	317	2,5



Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л. В. Любавцева/

МЕНЮ

2 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	4,6	7,1	21,7	169	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,4	1,9	10,6	70	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	25/8	1,9	6,8	12,6	119	0
	433	8,9	15,8	44,9	358	0,7
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6,7	10,4	20,5	207	7,4
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	230	10,3	14,8	14,5	233	19,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		16	64	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	680	20,6	25,6	72,2	606	27,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
	225	7,5	5,1	21,8	164	1
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1,1	2,1	5,5	45	3,9
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	15,5	4,3	32,5	231	0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
	435	18,6	6,6	59,5	371	3,9