

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В.Любавцева/



МЕНЮ

6 сентября 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,5	4,2	17,2	121	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,1	1,7	9,1	60	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/6/6	3	6,6	10	113	0
	362	8,6	12,5	36,3	294	0,7
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	40	0,6		3,4	16	1,6
ЩИ РЫБНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	180	5,2	6,8	11,5	133	12,7
СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	60	9,6	11,2	1,9	146	0,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	3,3	17,6	111	8,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		14	56	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	620	20,8	21,7	65,4	544	23,8
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
ГРЕНКА МОЛОЧНАЯ	30	1,9	2,7	15,2	93	0
	210	6,9	7,1	23,5	187	0,9
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	170	2,5	5,9	13,8	118	15,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	390	6,7	8,3	30	221	15,3

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л.В.Любавцева/



МЕНЮ

6 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,2	5,1	21,6	150	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,9	3,2	12	92	0,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/8/8	3,9	8,9	12,6	146	0,1
	441	12	17,2	46,2	388	1,1
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60	0,9	0,1	5,1	25	2,4
ЩИ РЫБНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	200	6,2	8	11,9	150	13,5
СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	80	11,3	12,9	2,2	169	0,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	3,5	21,1	129	10,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		16	64	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	740	25,1	24,9	77,5	639	27,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
ГРЕНКА МОЛОЧНАЯ	35	2,4	2,8	17,8	105	0
	235	8	7,7	27,1	210	1
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	200	2,9	7,8	16,5	149	18,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
	445	7,5	10,3	37,3	272	18,1