

МЕНЮ

9 января 2025 г.

Ясли 12 часов



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

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак						
КАША "НЕЖНОСТЬ"	150	4,2	6,4	27,2	183	0,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	31/6	2,3	5,2	15,4	118	0
	367	6,6	11,6	50,7	333	0,1
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,5	66	3,1
	150	0,8	0,2	15,5	66	3,1
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	180	4,1	3,3	12	95	4,3
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	181	8,9	12,2	16,9	213	9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		13	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,1	82	0
	581	15,9	15,9	59	442	13,5
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,6	6,9	78	0,8
ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
	175	6,1	6,1	25,5	182	0,8
Ужин						
САЛАТ ОВОЩНОЙ	50	0,9	1	2,5	24	18,6
ОМЛЕТ	130	8	11,9	5,9	163	0,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,9	2,4	13,2	86	0,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,4	73	0
	390	14,1	15,5	37	346	19,3
		43,5	49,3	187,7	1369	36,8

Согласовано

Заведующая
МАДОУ "Детский сад №112"
П.Б. Любавцева/**МЕНЮ**
9 января 2025 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 "НЕЖНОСТЬ"	201	4,9	6,9	33,3	215	0,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		10	40	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	41/8	3,1	6,9	20,6	157	0
	450	8,1	13,8	63,9	412	0,1
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,5	66	3,1
	150	0,8	0,2	15,5	66	3,1
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	200	4,4	4,3	13,4	111	4,8
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	230	10	13	20,6	239	11
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,3	103	0
	680	18	17,7	70,3	513	16
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	5,2	9,9	111	2,94
ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
	225	7,9	7,7	28,5	215	2,94
Ужин						
САЛАТ ОВОЩНОЙ	60	0,9	1	2,8	25	22,1
ОМЛЕТ	150	9,4	14,9	7,4	200	0,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,6	15,5	99	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,5	97	0
	450	16,6	18,8	46,2	421	22,9
		51,4	58,2	224,4	1627	45,04