

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

МЕНЮ

10 июля 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	4,1	5,9	16,7	137	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,3	2,7	9,9	78	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,2	15,2	116	0
	366	9,7	13,8	41,8	331	0,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71	15
	150	0,6	0,6	14,7	71	15
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,4	6,8	15,1	147	6,1
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ КУР	181	9,2	16,8	13	241	18,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		12,1	48	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,5	89	0
	585	17,7	24	58,7	525	24,7
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	182	5,1	4,5	8,4	95	1
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	212	5,9	5,5	31,6	201	1
Ужин						
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,6	64	0
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	50	0,7	1	3,2	25	18,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,7	14,1	2,3	187	0,2
	387	15,6	15,3	29	316	18,4

Согласовано



Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л.В. Любавцева/

МЕНЮ

10 июля 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	5	7,3	21,2	171	0,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,9	3,2	12,1	93	0,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	35/8	2,7	6,8	17,8	143	0
	443	11,6	17,3	51,1	407	1,1
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71	15
	150	0,6	0,6	14,7	71	15
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6,8	8,6	21	195	7,5
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ КУР	231	10,7	18,5	17,4	280	24,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		14	56	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	23,1	111	0
	685	21,4	27,6	75,5	642	32,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	203	5,7	4,9	9,4	106	1
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	233	6,5	5,9	32,6	212	1
Ужин						
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		11	44	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,2	95	0
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,9	1	4,8	33	22,8
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	151	14,8	15,8	2,7	212	0,2
	451	18,9	17	38,7	384	23