

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

12 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,5	4,2	17,2	121	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,3	2,7	9,9	77	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,3	4,6	15,3	112	0
	366	9,1	11,5	42,4	310	0,9
II Завтрак						
СОК	158	0,8	0,2	15,9	68	3,2
	158	0,8	0,2	15,9	68	3,2
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) (ОВОЩИ НОВОГО УРОЖАЯ)	40	0,6	1,9	2,7	31	5,1
ЩИ РЫБНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	180	7	4	11	113	14,2
СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	59	9,3	11	1,4	142	0,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	3,3	17,6	111	8,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		13	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,7	81	0
	619	22,3	20,5	62,4	530	28,5
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
	210	7,3	7,3	30,6	219	0,9
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	156	2	8,1	10,6	124	12,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15	71	0
	386	7	10,6	34,7	263	12,9

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

12 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,1	5,1	21,5	149	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,7	3	11,8	90	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3,1	6,2	20,4	150	0
	448	10,9	14,3	53,7	389	0,9
II Завтрак						
СОК	189	0,9	0,2	19,1	81	3,8
	189	0,9	0,2	19,1	81	3,8
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) (ОВОЩИ НОВОГО УРОЖАЯ)	60	0,7	1,9	3,3	34	6,2
ЩИ РЫБНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	200	8,3	4,3	12,8	130	16,4
СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	78	11,7	13,3	2	173	0,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	3,6	21,3	131	10,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,9	101	0
	737	27,6	23,5	75,3	629	33,9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
	230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	175	2,4	10	11,6	147	13,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		11	44	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,9	94	0
	435	8,1	12,5	42,7	317	13,9