

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л.В. Любавцева/

МЕНЮ

12 ноября 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						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	3,9	4	22,4	141	0,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,1	9,6	69	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	25/8	1,9	6,8	12,6	119	0
	433	8,3	12,9	44,6	329	0,9
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6,1	7,2	15,7	155	7,9
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	80	8,9	10,9	6	157	1,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	3,7	21,3	132	10,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		16	64	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	680	21,9	22,2	80,2	610	19,8
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 ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	1,1	2	4,1	40	22,4
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	9	11,2	5,9	159	0,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
	435	12,1	13,4	30,6	290	22,6

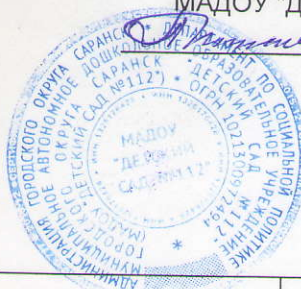
Согласовано

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

МЕНЮ

12 ноября 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						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	2,6	3,2	14,7	99	0,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,1	1,9	8,3	59	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	20/6	1,5	5,1	10	92	0
	356	6,2	10,2	33	250	0,7
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,4	6,4	15,1	142	7,4
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	7,3	9,5	4	131	1
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
	580	18,1	19,6	67,7	522	17,1
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 ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2	3,1	34	14,9
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,7	9,2	5	134	0,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	370	9,9	11,3	25,1	243	15