



**МЕНЮ**  
15 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		
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,6	5,7	17,5	135	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,3	2,7	11,8	85	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
	<b>366</b>	<b>9,2</b>	<b>13,6</b>	<b>44,4</b>	<b>336</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "ОВОЩНОЙ" (ОВОЩИ НОВОГО УРОЖАЯ)	40	0,8	2	2,2	31	6,5
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	5,2	6,6	11,7	132	12,9
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	8,6	12,2	16,4	211	8,7
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		12,1	48	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	<b>620</b>	<b>17,4</b>	<b>21,2</b>	<b>59,4</b>	<b>504</b>	<b>28,3</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
	<b>210</b>	<b>7,3</b>	<b>7,3</b>	<b>30,6</b>	<b>219</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	130/20	15,8	12,2	18,4	247	0,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	<b>360</b>	<b>18,2</b>	<b>12,4</b>	<b>39,6</b>	<b>343</b>	<b>0,4</b>

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л.В.Любавцева/

# МЕНЮ

15 июля 2024 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,4	6	21,5	157	0,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,6	2,9	13,5	95	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	35/8	2,7	6,6	17,7	143	0
	<b>443</b>	<b>10,7</b>	<b>15,7</b>	<b>52,7</b>	<b>395</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>65</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "ОВОЩНОЙ" (ОВОЩИ НОВОГО УРОЖАЯ)	60	0,9	2	2,4	32	7,4
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200	6,3	8,4	12,9	158	15
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	230	9,7	13,7	19,2	240	10,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		13,1	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	<b>740</b>	<b>20,5</b>	<b>24,5</b>	<b>68,8</b>	<b>584</b>	<b>32,8</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
	<b>230</b>	<b>7,9</b>	<b>7,8</b>	<b>31,6</b>	<b>230</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	150/25	20,7	15,4	26,3	330	0,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
	<b>415</b>	<b>23,9</b>	<b>15,6</b>	<b>52,5</b>	<b>450</b>	<b>0,4</b>