



МЕНЮ

21 октября 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 МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,6	5,7	18,4	139	0,3
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0
	336	6	10,9	39,5	279	0,3
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	2,6	5,2	13,1	113	13,4
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	180	8,2	13,5	18,2	228	9,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		11,1	44	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	580	13,6	19,1	59,4	467	23,1
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
	205	6,9	6,9	26,9	198	0,9
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ	130	15,8	12,2	12,2	223	0,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,6	2,9	11,4	87	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	340	21,7	15,3	38,7	381	1

Согласовано

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

21 октября 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 МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,2	5,9	22,1	157	0,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	35/8	2,7	6,8	17,8	143	0
	443	7	12,7	47	329	0,3
II Завтрак						
СОК	140	0,7	0,1	14,1	60	2,8
	140	0,7	0,1	14,1	60	2,8
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200	2,9	6,4	15,2	134	15,8
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	229	9,4	15,1	22	262	11,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		13,1	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	20	96	0
	676	15,7	21,9	70,3	544	27,4
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	196	5,5	4,8	9,1	103	1
ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
	221	7,4	7,3	27,7	207	1
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ	137	18,2	14,1	17,9	274	0,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,4	1,9	10,6	69	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,7	83	0
	372	23,3	16,2	46,2	426	0,8