

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

22 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						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	150	3,4	4,4	12,9	105	0,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,1	1,9	9,2	63	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,2	15,1	116	0,7
	366	7,8	11,5	37,2	284	0,7
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ	180	5,2	7,6	10,3	130	12,5
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	7,3	9,5	4,1	131	1,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4,9	17,6	125	8,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		12,1	48	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	580	17,9	22,4	61,1	516	22,3
Полдник						
БУЛОЧКА	60	5	3,4	25,7	151	0,1
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
	240	10	7,8	34	245	
Ужин						
САЛАТ ОВОЩНОЙ	50	0,9	2	3,5	37	18,6
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,7	9,1	5,7	135	0,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	390	11	11,3	31,3	271	18,7

Согласовано

600 Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л. В. Любавцева/

МЕНЮ

22 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						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	200	4,2	4,7	16,9	127	0,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,1	10,6	72	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	35/8	2,7	6,8	17,7	143	0
	443	9,4	13,6	45,2	342	
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	9,3	11,3	152	13,1
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	80	8,9	10,9	6	157	1,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	6,2	21,3	153	10,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	680	21,7	26,8	74,8	624	25
Полдник						
БУЛОЧКА	70	6,3	4,5	33,5	199	0,1
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
	270	11,9	9,4	42,8	304	
Ужин						
САЛАТ ОВОЩНОЙ	60	1,1	2	4,1	40	22,4
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	9,3	10,2	7,2	157	0,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	445	13,2	12,4	36	309	22,6