

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

23 августа 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	4,1	18	123	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,3	1,8	11,2	71	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	20/6	1,5	5,1	10	92	0
	356	7,3	11	39,2	286	0,7
II Завтрак						
СОК	152	0,8	0,2	15,3	65	3
	152	0,8	0,2	15,3	65	3
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	40	0,7	1,9	3	33	6,6
УХА СО СМЕТАНОЙ	180	5,5	3,8	15,4	120	5,7
СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	59	9,5	11,2	1,7	145	0,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,8	3,4	19,9	121	9,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		15	59	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
	617	21,3	20,6	71,4	557	22,9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	168	4,8	4,1	7,9	88	0,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	188	6,3	4,2	17,9	135	0,9
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	150	2,4	8,2	13,4	137	13,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
	370	6,6	10,6	31,6	248	13,7

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В.Любавцева/

МЕНЮ**23 августа 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	21,4	148	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,6	2,9	11,6	88	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	25/8	1,9	6,8	12,6	119	0
	433	9,6	14,7	45,6	355	0,9
II Завтрак						
СОК	152	0,8	0,2	15,3	65	3
	152	0,8	0,2	15,3	65	3
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	60	0,9	1,9	3,7	37	8,1
УХА СО СМЕТАНОЙ	200	7	4,2	20,1	151	6,8
СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	79	11,1	12,7	2	166	0,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,4	3,6	22,8	138	11,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
	735	25,9	22,8	84,1	651	27,1
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	186	5,2	4,6	8,6	98	1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	206	6,7	4,7	18,6	145	1
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	180	3,1	10,3	19,5	185	18,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
	425	7,7	12,8	39,3	305	18,8