

Согласовано

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

МЕНЮ
24 июля 2024 г.
Если 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4	5,9	16,7	137	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,3	2,7	9,9	77	0,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	20/6	1,5	5,1	10	92	0
	356	8,8	13,7	36,6	306	0,9
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,1	6,7	14,2	141	5,8
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ КУР	180	9,9	15,2	16,2	241	22,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		12,1	48	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	580	17,8	22,3	59,5	512	28,9
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 "СВЕКОЛКА"	50	0,9	2	4,3	40	3,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,3	21,4	137	10,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,9	44	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	400	5,7	6,4	46,6	268	13,6

