

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л.В.Любавцева/

# МЕНЮ

24 сентября 2024 г.

Если 12 часов

| Наименование блюда                     | Выход | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|----------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|-----------------------|
|                                        |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                       |
| Завтрак                                |       |                   |         |                  |                                     |                       |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ<br>КРУПОЙ     | 150   | 3,4               | 5,2     | 12,9             | 113                                 | 0,3                   |
| КАКАО С МОЛОКОМ                        | 180   | 2,3               | 2       | 9,4              | 65                                  | 0,4                   |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ                | 20/6  | 1,5               | 5,1     | 10               | 92                                  | 0                     |
|                                        | 356   | 7,2               | 12,3    | 32,3             | 270                                 | 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<br>СМЕТАНОЙ | 180   | 5,2               | 7,8     | 10,4             | 132                                 | 12,5                  |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР                      | 60    | 7,3               | 10,5    | 4,1              | 140                                 | 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              | 23,6    | 61,2             | 527                                 | 22,3                  |
| 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 ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ                | 40    | 0,8               | 1       | 3,3              | 26                                  | 15,6                  |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                      | 130   | 8                 | 10,2    | 5,9              | 147                                 | 0,2                   |
| ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180   | 0,1               |         | 8                | 32                                  | 0                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20    | 1,5               | 0,1     | 10               | 47                                  | 0                     |
|                                        | 370   | 10,4              | 11,3    | 27,2             | 252                                 | 15,8                  |

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л.В.Любавцева/

# МЕНЮ

24 сентября 2024 г.

Сад 12 часов



| Наименование блюда                     | Выход | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|----------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|-----------------------|
|                                        |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                       |
| Завтрак                                |       |                   |         |                  |                                     |                       |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ<br>КРУПОЙ     | 200   | 4,2               | 6,3     | 16,9             | 141                                 | 0,3                   |
| КАКАО С МОЛОКОМ                        | 200   | 2,7               | 2,2     | 10,9             | 75                                  | 0,4                   |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ                | 25/8  | 1,9               | 6,8     | 12,6             | 119                                 | 0                     |
|                                        | 433   | 8,8               | 15,3    | 40,4             | 335                                 | 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<br>СМЕТАНОЙ | 200   | 6                 | 8,6     | 11,3             | 147                                 | 13,1                  |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР                      | 80    | 8,9               | 11,9    | 6                | 166                                 | 1,4                   |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                      | 150   | 3,1               | 5,1     | 21,1             | 144                                 | 10,2                  |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 200   | 0,3               |         | 15               | 60                                  | 0,2                   |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 50    | 3,3               | 0,4     | 21,2             | 102                                 | 0                     |
|                                        | 680   | 21,6              | 26      | 74,6             | 619                                 | 24,9                  |
| Полдник                                |       |                   |         |                  |                                     |                       |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                       | 200   | 5,6               | 4,9     | 9,3              | 105                                 | 1                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 25    | 1,9               | 0,2     | 12,5             | 59                                  | 0                     |
|                                        | 225   | 7,5               | 5,1     | 21,8             | 164                                 | 1                     |
| Ужин                                   |       |                   |         |                  |                                     |                       |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ                | 60    | 1,1               | 2       | 5,5              | 45                                  | 22,7                  |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                      | 150   | 9,4               | 11,3    | 7,4              | 169                                 | 0,2                   |
| ЧАЙ С САХАРОМ                          | 200   | 0,1               |         | 8,1              | 32                                  | 0                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 25    | 1,9               | 0,2     | 12,5             | 59                                  | 0                     |
|                                        | 435   | 12,5              | 13,5    | 33,5             | 305                                 | 22,9                  |