

Согласовано



Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В.Любавцева/

МЕНЮ

26 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,5	4,2	17,2	121	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	8,3	12	37,1	290	0,9
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) (ОВОЩИ НОВОГО УРОЖАЯ)	40	0,6	1,9	2,7	31	5,1
СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	180	5,4	3,8	13,6	115	4,9
СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	60	9,7	11,4	2,1	149	0,8
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	120	12	3,3	25	178	0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		13	52	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	620	30,5	20,8	73,4	607	11
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						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	150	2	8,1	10,1	122	12,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	370	6,2	10,5	29,2	237	12,1

Согласовано



Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

/Л.В. Любавцева/

МЕНЮ

26 июля 2024 г.

Сад 12 часов

i.	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак							
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,2	5,1	21,6	150	0,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,9	3,2	12	92	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	30/8	2,3	6,8	15,2	131	0
		438	10,4	15,1	48,8	373	1
II Завтрак							
	СОК	180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
		180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
Обед							
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) (ОВОЩИ НОВОГО УРОЖАЯ)	60	0,7	1,9	3,3	34	6,2
	СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,4	4,1	16,6	135	5,1
	СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУР	80	12,1	13,7	2,4	181	0,9
	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	15	3,5	31,3	217	0
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
		740	37,8	23,6	89,8	729	12,4
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							
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
	ОВОЩНОЕ АССОРТИ	170	2,2	10,1	11,4	146	13,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		11	44	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
		415	6,8	12,6	35,1	281	13,7