

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Л. В. Любавцева/

МЕНЮ

29 ноября 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	4,2	18,2	125	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,2		6,7	28	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	20/6	1,5	5,1	10	92	0
	356	5,2	9,3	34,9	245	0,3
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
УХА СО СМЕТАНОЙ	180	4,8	4,5	13,4	116	4,8
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8	9,3	5,5	137	0,6
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	13,3	3,4	27,8	195	0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		14	56	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	590	28,9	17,6	77,7	586	5,6
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	130	1,7	5,6	8,5	92	10,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	350	5,9	8	25,7	199	10,3

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

Н.В. Любавцева/

МЕНЮ

29 ноября 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	4,2	5,1	22,6	154	0,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		7,9	32	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	25/8	1,9	6,8	12,6	119	0
	433	6,3	11,9	43,1	305	0,3
II Завтрак						
СОК	150	0,8	0,2	15,2	65	3
	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед						
УХА СО СМЕТАНОЙ	200	6	3,7	16,2	126	4,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	80	10,4	11,5	8	177	0,8
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	15,5	3,5	32,5	224	0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	680	35,5	19,1	92,9	689	5,9
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						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	150	1,9	7,5	10	115	12,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
	395	6,5	10	31,7	242	12,1