

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №112"

С.Д.В. Любавцева/

МЕНЮ

2 апреля 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 МАННАЯ	150	3,6	4	18,1	122	0,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,2	1,9	9,3	64	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	31/6	2,4	5,2	15,6	118	0
	367	8,2	11,1	43	304	0,7
II Завтрак						
СОК	150	0,7	0,1	13,8	59	2,7
	150	0,7	0,1	13,8	59	2,7
Обед						
ЩИ РЫБНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,5	5,7	9,5	110	13,6
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	7,3	9,5	4,1	131	1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,5	4,9	17,5	124	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	17,1	20,5	60,2	495	23,3
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,7	4	7,7	86	0,8
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	210	5,5	5	30,9	192	0,8
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	2	3,6	36	2,6
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,8	10,9	5,8	153	0,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,2	15,6	73	0
	381	10,9	13,1	33	294	2,8

Согласовано

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

2 апреля 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 МАННАЯ	200	4,1	4,1	22,8	143	0,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,1	10,6	72	0,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	2,8	6,8	18,3	146	0
	448	9,4	13	51,7	361	0,7
II Завтрак						
СОК	150	0,7	0,1	13,8	59	2,7
	150	0,7	0,1	13,8	59	2,7
Обед						
ЩИ РЫБНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	7,7	12,3	144	16,2
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	79	9	10,9	6	158	1,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	152	3,3	6,2	21,4	154	10,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		15	60	0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	681	21,8	25,2	75,9	618	27,9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,1	4,5	8,5	96	1
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	230	5,9	5,5	31,7	202	1
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	62	1,1	2,1	5,3	45	3,8
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	9,4	12,9	8	185	0,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,2	86	0
	452	13,4	15,2	39,6	348	4