

Меню на 02.09.2021 для групп раннего возраста

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Булка со сливочным маслом и сыром	35/5 /14	5.06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	180	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
II-Завтрак	Сок	75	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из свёклы	35	0,5	0,15	17,0	75,0	0,58
	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Гуляш из мяса кур	60	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Гречка	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Пирожок с повидлом	90	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Какао с молоком	180	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
Итого день		1 764	57.6 6	61.7	217.4 9	1 679.32	50.22

Меню групп дошкольного возраста с 10,5 часовым режимом на 02.09.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	250	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Булка со сливочным	35/5	5.06	7	14,62	145	-

	маслом и сыром	/14					
	Кофейный напиток	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
П-Завтрак	Сок	75	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из свёклы	45	0,6	0,15	17,0	75,0	0,68
	Суп вермишелевый на курином бульоне	250	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Гуляш из мяса кур	70	12,3 1	10,9 1	9,23	189,0	1,4
	Гречка	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Пирожок с повидлом	90	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Какао с молоком	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
Итого день		1 809	57,6 6	61,7	217,4 9	1 679,32	50,22

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 02.09.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	250	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом и сыром	35/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	-
2-й завтрак	Сок	75	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
	Салат из свёклы	45	0,6	0,15	17,0	75,0	0,68
	Суп вермишелевый на курином бульоне	250	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6

Обед	Гуляш из мяса кур	70	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Гречка	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Пирожок с повидлом	90	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Какао с молоком	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	0.4
Итого день		1 916	57.6 6	61.7	217.4 9	1 679.32	50.22