

Меню на 03.09.2021 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 манная	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	-
	Чай	180	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	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Шницель	80	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Рожки с соусом	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
	Суп молочный гречневый	180	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
Полдник	Чай	180	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
	Булка	35	5.06	7	14,62	145	
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 03.09.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	250	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	-
	Чай	200	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	Щи из свежей капусты на курином бульоне	250	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Шницель	90	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Рожки с соусом	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	Суп молочный гречневый	200	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Чай	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
	Булка	35	5.06	7	14,62	145	
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 03.09.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	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	-
	Чай	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
	Щи из свежей капусты на курином бульоне	250	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6

Обед	Шницель	90	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Рожки с соусом	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из лимона	200	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Суп молочный гречневый	90	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Булка	35	5.06	7	14,62	145	
	Чай	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