

Меню групп раннего возраста на 07.09.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сырники со сладкой подливой	130/50	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
II-Завтрак	Сок фруктовый	100	0.2	0.9	8.1	43	60
Обед							
	Суп рыбный «Сайра»	200	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Бефстроганов из мяса кур	60	11.01	10.82	23.87	235.86	7,8
	Гречка	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот из изюма	180,0	0,32	-	27.1	104	0,2
Полдник	Чай	200	7.7	9.13	20.24	169.9	1.1
	Булочка домашняя	95	3,0	0,36	19,88	90,4	-
Итого за день		1 681	60.86	62.35	228.66	1640.14	94.41

Меню групп дошкольного возраста на 07.09.2021 (10,5 часовой режим)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сырники со сладкой подливой	130/50	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
II-Завтрак	Сок фруктовый	100	0.2	0.9	8.1	43	60
Обед							
	Суп рыбный «»Сайра	200	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Бефстроганов из мяса кур	60	11.01	10.82	23.87	235.86	7,8
	Гречка	110	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот из изюма	180,0	0,32	-	27.1	104	0,2
Полдник	Чай	230	7.7	9.13	20.24	169.9	1.1
	Булочка домашняя	95	3,0	0,36	19,88	90,4	-
Итого за день		1 681	60.86	62.35	228.66	1640.14	94.41

Меню групп дошкольного возраста на 07.09.2021 (12 часовой режим)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сырники со сладкой подливой	130/50	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
II-Завтрак	Сок фруктовый	100	0.2	0.9	8.1	43	60
Обед	Сур рыбный «Сайра»	200	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Бефстроганов из мяса кур	60	11.01	10.82	23.87	235.86	7,8
	Гречка	110	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот из изюма	180,0	0,32	-	27.1	104	0,2
	Полдник к уплотненному	Чай	230	7.7	9.13	20.24	169.9
	Булочка домашняя	95	3,0	0,36	19,88	90,4	-
Итого за день		1 911	60.86	62.35	228.66	1640.14	94.41