

Меню на 13.09.2021 для групп дошкольного возраста с 10.5-часовым режимом пребывания

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	140	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка со сливочным маслом	30/7	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
П-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из свежей капусты	48	0	0	1.18	60.34	5.15
	Свекольник на курином бульоне со сметаной	250/5	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Котлета куриная	80	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Рожки, соус	110/40	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Кисель	180,0	0,32	-	27.1	104	0,2
Полдник	Кефир	180,0	7.7	9.13	20.24	169.9	1.1
	Булочки «Домашняя»	70	3,0	0,36	19,88	90,4	-
Итого за день		1 681	60.8 6	62.3 5	228.6 6	1640.14	94.41

Меню на 13.09.2021 для групп дошкольного возраста с 12-часовым режимом пребывания

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	140	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка со сливочным маслом	30/7	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
П-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из свежей капусты	48	0	0	1.18	60.34	5.15
	Свекольник на курином бульоне со сметаной	250/5	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Котлета куриная	80	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Рожки, соус	110/40	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Кисель	180,0	0,32	-	27.1	104	0,2
Полдник	Кефир	180,0	0,1	-	11,7	48,1	0,8
	Булочки «Домашняя»	70	4.68	6.64	12.63	112.34	0.56
Итого за день		1 741	60.8 6	62.3 5	228.6 6	1640.14	94.41

Меню на 13.09.2021 для групп раннего возраста с 10.5-часовым режимом пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	140	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка со сливочным маслом	30/7	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
П-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из свежей капусты	48	0	0	1.18	60.34	5.15
	Свекольник на курином бульоне со сметаной	250/5	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Котлета куриная	80	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Рожки, соус	110/40	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Кисель	180,0	0,32	-	27.1	104	0,2
Полдник	Кефир	180,0	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Булочки «Домашняя»	70	0,1	-	11,7	48,1	0,8
Итого за день		1 431	56.0 8	55.7 1	204.3 3	1479.7	94.41