

Меню на 14.09.2021 для групп раннего возраста

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Творожная запеканка с соусом молочным	170	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	34/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	180	3,6	3,3	25,0	144	1,3
II-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Огурец солёный	60	0,25	0,05	1,0	4,2	3,0
	Суп фасолевый на курином бульоне	200	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Плов с мясом кур	122/40	5,82	9,74	50,0	298,47	0,47
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Кулеш пшённый молочный	220	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка	32	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Молоко	180	3,6	3,3	25,0	144	1,3
Итого за девятый день		1 664	57,6 6	61,7	217,4 9	1 679,32	50,22

Меню групп дошкольного возраста с 10,5 часовым режимом на 14.09.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Творожная запеканка с соусом молочным	170	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	34/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	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	Огурец солёный	60	0,25	0,05	1,0	4,2	3,0
	Суп фасолевый на курином бульоне	250	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Плов с мясом кур	135	17,7	15,2	---	207	0,47
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Кулеш пшённый молочный	230	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка	40	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Молоко	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
Итого за девятый день		1 814	57,6 6	61,7	217,4 9	1 679,32	50,22

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 14.09.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Творожная запеканка с соусом молочным	170	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	34/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
II-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Огурец солёный	60	0,25	0,05	1,0	4,2	3,0
	Суп фасолевый на курином бульоне	250	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Плов с мясом кур	135	17,7	15,2	---	207	0,47
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Кулеш пшённый молочный	230	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка	40	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Молоко	200	3,6	3,3	25,0	144	1,3
Итого за девятый день		2034	57,66	61,7	217,49	1 679,32	50,22