

Меню на 15.09.2021 для групп дошкольного возраста с 10.5-часовым режимом пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	220	6,2	8,1	27,0	204,0	0,8
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	200	0,1	-	11,7	48,1	0,8
II-Завтрак	Банан	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Щи из свежей капусты курином бульоне со сметаной	250,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Палочки рыбные	65	14.25	16.58	5.88	230.05	0.42
	Соус	40	0.7	2.9	5.0	45.46	0.45
	Каша рисовая	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	50	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма и банана	200	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Булка	80	-	-	14.0	73.0	-
	Суп молочный гречневый	200	5.22	4.5	7.2	95.4	1.44
	Кофейный напиток	180	3,405	2,995	18,67	110,590	4

Меню на 15.09.2021 для групп дошкольного возраста с 12-часовым режимом пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	220	6,2	8,1	27,0	204,0	0,8
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	200	0,1	-	11,7	48,1	0,8
II-Завтрак	Банан	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Щи из свежей капусты курином бульоне со сметаной	250,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Палочки рыбные	65	14.25	16.58	5.88	230.05	0.42
	Соус	40	0.7	2.9	5.0	45.46	0.45
	Каша рисовая	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	50	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма и банана	200	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Булка	80	-	-	14.0	73.0	-
	Суп молочный гречневый	200	5.22	4.5	7.2	95.4	1.44
	Кофейный напиток	180	3,405	2,995	18,67	110,590	4

Меню на 15.09.2021 для групп раннего возраста с 10.5-часовым режимом пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	6,2	8,1	27,0	204,0	0,8
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	180	0,1	-	11,7	48,1	0,8
II-Завтрак	Банан	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Щи из свежей капусты курином бульоне со сметаной	200	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Палочки рыбные	65	14.25	16.58	5.88	230.05	0.42
	Соус	40	0.7	2.9	5.0	45.46	0.45
	Каша рисовая	95	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	50	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма и банана	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Булка	80	-	-	14.0	73.0	-
	Суп молочный гречневый	180	5.22	4.5	7.2	95.4	1.44
	Кофейный напиток	180	3,405	2,995	18,67	110,590	4