

Меню групп раннего возраста на 01.10.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	190	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка со сливочным маслом	30/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	180	-	-	11,7	48,1	0.17
П-Завтрак	Сок	77	0,8	0,2	7,5	38,0	36
Обед	Огурец соленый	40,0	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Щи из сежей капусты на курином бульоне со сметаной	200,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Жаркое домашнему	166	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Хлеб ржаной	38	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Лапшевник творожный	138	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Сладкая подлива	50	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Какао	180	0,1	-	11,7	48,1	-

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 01.10.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	250	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5

	Булка со сливочным маслом	30/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	200	-	-	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Сок	77	0,8	0,2	7,5	38,0	36
Обед	Огурец соленый	41,0	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Щи из сежей капусты на курином бульоне со сметаной	250,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Жаркое по-домашнему	185	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Лапшевник творожный	138	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Сладкая подлива	50	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Какао	200	0,1	-	11,7	48,1	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 01.10.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшенная молочная	250	14.1 9	13.0 5	32.62	297.8	0,5
	Булка со сливочным маслом	30/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	200	-	-	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Сок	77	0,8	0,2	7,5	38,0	36
Обед	Огурец соленый	41,0	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Щи из сежей капусты на курином бульоне со сметаной	250,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58

	Жаркое по-домашнему	185	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Лапшевник творожный	138	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Сладкая подлива	50	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Какао	200	0,1	-	11,7	48,1	-