

Меню групп дошкольного возраста (3-7 лет) на 04.10.2021

режим дня – 10.5 часов

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Плов фруктовый	150,0	4,33	4,48	42,75	228,4	3,23
	Булка со сливочным маслом	35/5	5.06	7	14,62	145	-
П-Завтрак	Чай	200	0,1	-	11,7	48,1	0,8
	Сок	80	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из моркови с раст.маслом	43	0,9	3,6	4,9	55	2,3
	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	230/5	4,9	7,8	7,4	112,6	8,3
	Азу из мяса кур	90	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Рожки со сливочным маслом	125	5,0	2,5	17,0	110,0	-
	Хлеб ржаной	38	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Кисель	200	-	-	20,0	80,0	-
Полдник	Молоко	191	5,6	6,2	9,1	116	1
	Пряник	30	2,3	2,9	22,3	125	0

Меню групп дошкольного возраста (3-7 лет) на 04.08.2021

режим 12-ти часового пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Плов свежей	150,0	4,33	4,48	42,75	228,4	3,23
	Булка со сливочным маслом	35/5	5.06	7	14,62	145	-
	Чай	200	0,1	-	11,7	48,1	0,8
П-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из моркови	43	0,9	3,6	4,9	55	2,3
	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250	4,9	7,8	7,4	112,6	8,3

	Узу с мясом кур	90	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Рожки со сливочным маслом	135/5	5,0	2,5	17,0	110,0	-
	Хлеб ржаной	38	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Кисель	200	-	-	20,0	80,0	-
Полдник	Каша манная молочная	152	3,36	3,0	45,78	217,2	-
	Кофейный напиток	200	5,6	6,2	9,1	116	1
	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	125	0

Меню групп раннего возраста (от 1 года до 3 лет) на 04.10.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Плов фруктовый	180,0	4,33	4,48	42,75	228,4	3,23
	Булка со сливочным маслом	35/5	5,06	7	14,62	145	-
	Чай	200	0,1	-	11,7	48,1	0,8
П-Завтрак Обед	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
	Салат из Моркови	43	0,9	3,6	4,9	55	2,3
	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/5	4,9	7,8	7,4	112,6	8,3
	Азу из мяса кур	85	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Рожки со сливочным маслом	125/5	5,0	2,5	17,0	110,0	-
	Хлеб ржаной	38	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Кисель	200	-	-	20,0	80,0	-
	Каша манная молочная	152	3,36	3,0	45,78	217,2	-
	Кофейный напиток с молоком	200	5,6	6,2	9,1	116	0.1
	Булка	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Полдник							