

Меню групп раннего возраста на 07.10.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
			Завтрак	Омлет	80	9.28	9.25
	Вермишель отварная со сл.маслом	110	0.58	4.5	3.44	63.22	-
	Хлеб ржаной	29	1,0	0,27	11,8	5,0	-
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	180,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
II-Завтрак	Яблоко	75	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед	Салат «Витаминный»	57	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
	Борщ на курином бульоне со сметаной	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Котлета из мяса кур	60.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	110.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из лимонов	180	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Печенье Курабье	39	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Йогурт	180	3,405	2,995	18,67	110,590	

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 07.10.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
			Завтрак	Омлет	80	9.28	9.25
	Вермишель отварная со сл.маслом	110	0.58	4.5	3.44	63.22	-
	Хлеб ржаной	29	1,0	0,27	11,8	5,0	-
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	200,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
II-Завтрак	Яблоко	55	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед	Салат «Витаминный»	34	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
	Борщ на курином бульоне со сметаной	250,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Котлета из мяса кур	70.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из лимонов	200	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Печенье Курабье	49	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Йогурт	180	3,405	2,995	18,67	110,590	

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 07.10.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
			Завтрак	Омлет	80	9.28	9.25
	Вермишель отварная со сл.маслом	119	0.58	4.5	3.44	63.22	-
	Хлеб ржаной	29	1,0	0,27	11,8	5,0	-
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	200,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
II-Завтрак	Яблоко	75	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед	Салат «Витаминный»	57	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
	Борщ на курином бульоне со сметаной	250,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Котлета из мяса кур	70.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	43	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из лимонов	200	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Рис с тушеными овощами	126	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Хлеб ржаной	20	1,0	0,27	11,8	5,0	-
	Печенье Курабье	30	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Йогурт	160	3,405	2,995	18,67	110,590	

