

Меню на 12.10.2021 групп дошкольного возраста с 10,5-часовым режимом

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Вита- мин С
			Б	Ж	У		
			Завтрак	Творожная запеканка	120	9.28	
	Киселевая подлива	50	0,44	0,1	1,35	9	6,5
	Булка со сливочным маслом	35/7	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Какао на молоке	200,0	-	6,34	22,78	73,06	-
II- Завтрак	Фруктовый сок	79	0,75	0.25	10.5	48	1.2
Обед	Салат из свежей капусты	48	2.53	0,12	0.02	0.55	3.2
	Рассольник на курином бульоне со сметаной	200	3,52	5,98	9,78	117	9.74
	Гуляш	90	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рожки	110	14.2 5	16.5 8	5.88	230.05	0.42
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Напиток из сухофруктов	200	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Суп рисовый молочный	250	8	9,9	34,6	260	0,9
	Булка	38	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню на 12.10.2021 групп дошкольного возраста с 12-часовым режимом

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые			Энергети- ческая ценность (ккал)	Вита- мин С
			вещества (г)				
			Б	Ж	У		

Завтрак	Запеканка творожная	120	9,28	9,25	9,42	123,96	0,65
	Киселевая подлива	50	0,44	0,1	1,35	9	6,5
	Булка со сливочным маслом	32/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Какао с молоком	200,0	-	6,34	22,78	73,06	-
П-Завтрак	Фруктовый сок	79	0,75	0,25	10,5	48	1,2
Обед	Салат из свежей капусты	25	2,53	0,12	0,02	0,55	3,2
	Рассольник на курином бульоне со сметаной	250	3,52	5,98	9,78	117	9,74
	Гуляш	90	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рожки	110	14,25	16,58	5,88	230,05	0,42
	Хлеб ржаной	42	1,5	2,5	10,1	65,0	0,5
	Напиток из сухофруктов	200	2,0	0,55	21,65	10,0	-
Полдник	Суп рисовый молочный	250	9,28	9,25	9,42	123,96	—
	Булка	32	1,5	2,5	10,1	65,0	0,5
	Кофейный напиток	200	8	9,9	34,6	260	0,9
	Печенье	22	2,3	0,9	15,5	79	0

Меню на 12.10.2021 групп раннего возраста с 10,5-часовым режимом

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Запеканка творожная	125	9,28	9,25	9,42	123,96	0,65
	Подлива молочная	52	0,44	0,1	1,35	9	6,5
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-

	Кофейный напиток с молоком	180,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
П-Завтрак	Фруктовый сок	79	0,75	0.25	10.5	48	1.2
Обед	Салат из свежей капусты	48	2.53	0,12	0.02	0.55	3.2
	Рассольник на курином бульоне со сметаной	180	3,52	5,98	9,78	117	9.74
	Гуляш	70	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рожки	110	14.2 5	16.5 8	5.88	230.05	0.42
	Хлеб ржаной	42	1,5	2.5	10.1	65,0	0,5
	Компот из сухофруктов	180	2,0	0,55	21,65	10,0	-
Полдник	Суп рисовый молочный	230	8	9,9	34,6	26	0,9
	булка	32	1,5	2.5	10.1	65,0	0,5