

Меню групп раннего возраста на 14.10.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	240	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка со сливочным маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	0,1	-	11,7	48,1	0,8
П-Завтрак	Сок	93	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Сельдь с луком	38	17,7	0,4	1,18	60,34	5,15
	Свекольник со сметаной	200	10,17	2,6	16,65	192,69	6,42
	Жаркое по-домашнему	170	27,7	25,2	---	207	0,47
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Напиток из лимона	180,0	0,13	-	19,33	79,4	0,2
Полдник	Ватрушка с творогом	160	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Крем-брюле	180	5,22	4,5	7,2	95,4	-

Меню групп дошкольного возраста на 14.10.2021 (10,5 часовой режим)

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

Завтрак	Каша геркулесовая молочная	260	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	200	0,1	-	11,7	48,1	0,8
II-Завтрак	Сок	100	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Сельдь с луком	38	0	0,4	1.18	60.34	5.15
	Свекольник со сметаной	200	10.17	2.6	16.65	192.69	6.42
	Жаркое по-домашнему	180	17,7	15,2	---	207	0.47
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Напиток из лимона	200,0	0,13	-	19,33	79,4	0,2
Полдник	Сосиска, запеченная в тесте	166	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Крем-брюле	200	5.22	4.5	7.2	95.4	-

Меню групп дошкольного возраста на 14.10.2021 (12 часовой режим)

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	260	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	200	0,1	-	11,7	48,1	0,8

II- Завтрак	Сок	87	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Сельдь с луком	38	0	0,4	1,18	60,34	5,15
	Свекольник со сметаной	200	10,17	2,6	16,65	192,69	6,42
	Жаркое по-домашнему	180	17,7	15,2	---	207	0,47
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Напиток из лимона	200,0	0,13	-	19,33	79,4	0,2
Полдник	Сосиска, запеченная в тесте	166	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Крем-брюле	200	6,21	5,28	27,90	197,9	-