

### Меню на 15.10.2021 для групп раннего возраста

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая молочная	260	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	32/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	180	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
П-Завтрак	Молоко	180	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из морской капусты с яйцом.	50	2,03	3,11	4,55	54,54	2,76
	Суп фасолевый на курином бульоне	200	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Котлета рыбная	70	12,3 1	10,9 1	9,23	189,0	1,4
	Рис	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Йогурт	180	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Пряник	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-

### Меню групп дошкольного возраста с 10,5 часовым режимом на 15.10.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая молочная	290	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	35/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
П-Завтрак	Сок	87	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58

Обед	Салат из морской капусты с яйцом.	50	2,03	3,11	4,55	54,54	2,76
	Суп фасолевый на курином бульоне	250	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Котлета рыбная	75	12,3 1	10,9 1	9,23	189,0	1,4
	Рис	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Йогурт	191	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Пряник	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-

### Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 15.10.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая молочная	290	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	35/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
2-й завтрак	Сок	87	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из морской капусты с яйцом.	50	2,03	3,11	4,55	54,54	2,76
	Суп фасолевый на курином бульоне	250	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Котлета рыбная	75	12,3 1	10,9 1	9,23	189,0	1,4
	Рис	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Рожки с маслом, сахаром	230	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Йогурт	191	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9

	Пряник	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-
--	--------	----	-----	------	-------	------	---