

Меню групп дошкольного возраста (3-7 лет) на 13.12.2021

режим дня – 10.5 часов

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Плов фруктовый	140,0	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	80	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из моркови	47	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	200	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	Кофейный напиток с молоком	200	5,6	6,2	9,1	116	1
	Печенье	60	2,3	2,9	22,3	125	0

Меню групп дошкольного возраста (3-7 лет) на 13.11.2021

режим 12-ти часового пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин 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	-
	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	47	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34

	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	200	4,9	7,8	7,4	112,6	8,3
	Азу с мясом кур	95	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	43	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Кисель	200	-	-	20,0	80,0	-
Полдник	Каша манная	155	3,36	3,0	45,78	217,2	-
	Хлеб	19	1,0	0,28	10,8	5,0	-
	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 13.12.2021

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	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из моркови	30	0,9	3,6	4,9	55	2,3
	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	180	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	110	5,0	2,5	17,0	110,0	-
	Хлеб ржаной	38	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Кисель	180	-	-	20,0	80,0	-
Полдник	Каша манная	150	3,36	3,0	45,78	217,2	-
	Кофейный напиток с молоком	180	5,6	6,2	9,1	116	0.1
	Пряник	30	2,3	2,9	22,3	125	0