

Меню групп дошкольного возраста (3-7 лет) на 14.12.2021

режим дня – 10.5 часов

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сырники	125,0	4,33	4,48	42,75	228,4	3,23
	Соус молочный	50,0	0,44	0,1	1,35	9	6,5
	Булка со сливочным маслом	33/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	200,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2,34
П-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из зеленого горошка с сол.огурцом	55	0,71	2,99	4,81	39,32	9,75
	Суп вермишелевый на курином бульоне	250	4,9	7,8	7,4	112,6	8,3
	Голубцы ленивые	190	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Соус сметанный	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	-	-	20,0	80,0	-
Полдник	Суп гречневый молочный	200,0	3,12	3,49	15,19	121,34	8,74
	Булка	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста (3-7 лет) на 14.12.2021

режим 12-ти часового пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сырники	125,0	4,33	4,48	42,75	228,4	3,23
	Молочная подлива	50,0	0,44	0,1	1,35	9	6,5
	Булка со сливочным маслом	33/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	200,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2,34
П-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из зеленого горошка с сол.огурцом	55	0,71	2,99	4,81	39,32	9,75

	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	4,9	7,8	7,4	112,6	8,3
	Голубцы ленивые	190	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Соус сметанный	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	-	-	20,0	80,0	-
Полдник	Суп гречневый молочный	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Булка	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Чай	200	5,0	2,5	17,0	110,0	-
	Вафли	28	1,0	0,85	21,65	90,0	-

Меню групп раннего возраста (от 1 года до 3 лет) на 14.12.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Сырники	125,0	4,33	4,48	42,75	228,4	3,23
	Молочная подлива	50,0	0,44	0,1	1,35	9	6,5
	Булка со сливочным маслом	33/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток с молоком	180,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2,34
II-Завтрак	Сок	100	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из зеленого горошка с сол.огурцом	40	0,71	2,99	4,81	39,32	9,75
	Суп вермишелевый на курином бульоне	180	4,9	7,8	7,4	112,6	8,3
	Голубцы ленивые	175	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Соус сметанный	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	-	-	20,0	80,0	-
Полдник	Суп гречневый	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Булка	36	2,0	0,55	21,65	10,0	-