

Меню групп раннего возраста на 15.12.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	180	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Какао с молоком	180	-	-	11,7	48,1	0.17
П-Завтрак	Сок	95	0,8	0,2	7,5	38,0	36
Обед	Помидор свежий	30,0	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Суп гороховый на курином бульоне	180,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Тефтели рыбные	65	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Картофельное пюре	145	5,0	2,5	17,0	110,0	-
	Соус	40	0.7	2.9	5.0	45.46	0.45
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из свежих фруктов	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Чай	180	0,1	-	11,7	48,1	-
	Оладьи с маслом, сахаром	80	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 15.12.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-

	Какао с молоком	200	-	-	11,7	48,1	0.17
П-Завтрак	Сок	95	0,8	0,2	7,5	38,0	36
Обед	Помидор свежий	30,0	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Суп гороховый на курином бульоне	200,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Тефтели рыбные	65	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Картофельное пюре	150	5,0	2,5	17,0	110,0	-
	Соус	40	0.7	2.9	5.0	45.46	0.45
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из свежих фруктов	200	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Чай	200	0,1	-	11,7	48,1	-
	Оладьи с маслом, сахаром	90	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 15.12.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Какао	200	-	-	11,7	48,1	0.17
П-Завтрак	Сок фруктовый	52	0,8	0,2	7,5	38,0	36
Обед	Помидор свежий	40,0	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Суп гороховый бульоне	200,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Тефтели рыбные	65	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Картофельное пюре	150	5,0	2,5	17,0	110,0	-

	Соус	40	0,7	2,9	5,0	45,46	0,45
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из свежих фруктов	200	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Овощное рагу	95	0,07	3,47	19,94	94	-
	Хлеб ржаной	20	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Чай	200	0,1	-	11,7	48,1	-
	Оладьи с маслом, сахаром	90	2,0	0,55	21,65	10,0	-