Меню на 24.12.2021 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	220	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	33/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	180	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
П-Завтрак	Сок фруктовый	85	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из св.капусты	37	0,3	0,07	69	37,0	0,2
	Суп фасолевый на курином бульоне	180	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Котлета рыбная	68	12,3 1	10,9 1	9,23	189,0	1,4
	Рис	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Соус	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	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Рожки с маслом, сахаром	98	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Чай	180	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 10,5 часовым режимом на 24.12.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая молочная	254	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	33/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4

П-Завтрак	Сок фруктовый	85	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из свежей капусты	37	0,3	0,07	69	37,0	0,2
	Суп фасолевый на курином бульоне	200	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	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	46	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Рожки с маслом, сахаром	144	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Чай	180	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 24.12.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая молочная	254	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка со сливочным маслом	33/5	5,06	7	14,62	145	-
	Кофейный напиток	200	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	4
2-й завтрак	Сок фруктовый	85	0,7	0,15	17,0	75,0	3,58
Обед	Салат из свежей капусты	37	0,3	0,07	69	37,0	0,2
	Суп фасолевый на курином бульоне	180	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	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-

	Компот из сухофруктов	200	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник уплотнен ный	Рожки с маслом и сахаром	144	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Чай	200	2,0	0,55	21,65	10,0	-