

Меню групп раннего возраста на 29.12.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	190	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка со сливочным маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	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
	Котлеты рыбные	80	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Рис	95	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 изюма	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 29.12.2021

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	-
	Чай	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	80	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Рис	125	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 изюма	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 29.12.2021

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	-
	Чай	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 на курином бульоне	200,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Тефтели рыбные	80	7,98	8,78	11,41	134,94	2,5
	Рис	125	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 изюма	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	-