

Меню групп раннего возраста на 30.12.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			вещества (г)				
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет	75	9.28	9.25	9.42	123.96	0.65
	Вермишель отварная со сл.маслом	93	0.58	4.5	3.44	63.22	-
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
II- Завтрак	Мандарин	95	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед	Салат витаминный	48	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
	Борщ на курином бульоне со сметаной	180,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Котлета из мяса кур	70.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	110.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	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 лимонов	180	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Вафли	39	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Чай с молоком	180	3,405	2,995	18,67	110,590	

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 30.12.2021

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет	75	9.28	9.25	9.42	123.96	0.65
	Вермишель отварная со сл.маслом	93	0.58	4.5	3.44	63.22	-
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	200,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
II- Завтрак	Мандарин	95	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед	Салат витаминный	48	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
	Борщ на курином бульоне со сметаной	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Котлета из мяса кур	70.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	110.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	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 лимонов	200	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Вафли	49	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Чай с молоком	171	3,405	2,995	18,67	110,590	

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 30.12.2021

--	--	--	--	--	--

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет	75	9.28	9.25	9.42	123.96	0.65
	Вермишель отварная со сл.маслом	93	0.58	4.5	3.44	63.22	-
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	200,0	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
II- Завтрак	Мандарин	75	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед	Салат витаминный	46	5,87	6,34	22,78	73,06	2.34
	Борщ на курином бульоне со сметаной	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Котлета из мяса кур	70.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	110.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	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 лимонов	200	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Рис с тушеными овощами	115	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Хлеб ржаной	20	1,0	0,27	11,8	5,0	-
	Вафли	30	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Чай	160	3,405	2,995	18,67	110,590	