

Меню групп раннего возраста на 16.09.2022

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	200	14.1 9	13.0 5	32.62	297.8	0,5
	Булка с маслом, сыр	35/7/23	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	160	-	-	11,7	48,1	0.17
П-Завтрак	Сок	116	-	-	10.5	48	1.2
Обед	Салат из свеклы	52	0.5	1.5	1.48	30.2	5,0
	Суп «Рябушка» на курином бульоне	180,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Бефстроганов	80	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рис	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	160	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Сладкая гренка	80	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Чай с молоком	160	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 16.09.2022

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	210	14.1 9	13.0 5	32.62	297.8	0,5
	Булка с маслом, сыром	35/5/23	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	-	-	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Сок	116	-	-	10.5	48	1.2

Обед	Салат из свеклы	62	0,5	1,5	1,48	30,2	5,0
	Суп «Рябушка» на курином бульоне	200,0	6,66	7,56	16,13	138,85	9,58
	Бефстроганов	90	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рис	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из яблок	180	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Сладкая гренка	50	5,22	4,5	7,2	95,4	-
	Чай с молоком	160	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 16.09.2022

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	200	14,1 9	13,0 5	32,62	297,8	0,5
	Булка с маслом, сыром	35/5/23	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	-	-	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Сок	116	-	-	10,5	48	1,2
Обед	Салат из зеленого горошка	62	0,5	1,5	1,48	30,2	5,0
	Суп «Рябушка» на курином бульоне	200,0	6,66	7,56	16,13	138,85	9,58
	Бефстроганов	90	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рожки	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из яблок	180	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник уплотнен ный	Рагу овощное	110	4,1	4,27	23,3	147	6
	Хлеб ржаной	21	1,0	0,27	10,85	5,0	-

	Гренка сладкая	50	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Чай с молоком	180	2,0	0,55	21,65	10,0	-