

Меню на 22.09.2021 для групп дошкольного возраста с 10.5-часовым режимом пребывания

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка со сливочным маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	180	3,6	3,3	25,0	144	1,3
П-Завтрак	Яблоко	100	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Салат из свежих огурцов и капусты	50	0,32	-	27.1	104	0,2
	Борщ со сметаной	220	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Жаркое по-домашнему	195	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот «Витаминный»	180,0	0,32	-	27.1	104	0,2
Полдник	Каша манная молочная	180	0,1	-	11,7	48,1	0,8
	Пряник	56	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Чай	180	3,6	3,3	25,0	144	-

Меню на 22.09.2021 для групп дошкольного возраста с 12-часовым режимом пребывания

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0

	Булка со сливочным маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	180	3,6	3,3	25,0	144	1,3
П-Завтрак	Сок	100	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Салат из свежий огурцов и капусты	70	0,32	-	27.1	104	0,2
	Борщ со сметаной	220	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Жаркое по-домашнему	195	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот «Витаминный»	180,0	0,32	-	27.1	104	0,2
Уплотненный полдник	Каша манная молочная	180	0,1	-	11,7	48,1	0,8
	Пряник	56	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Чай	180	3,6	3,3	25,0	144	-

Меню на 22.09.2021 для групп раннего возраста с 10.5-часовым режимом пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка со сливочным маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	160	3,6	3,3	25,0	144	1,3
П-Завтрак	Яблоко	90	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Салат из свежих огурцов и капусты	50	0,32	-	27.1	104	0,2
	Борщ со сметаной	200	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Жаркое по-домашнему	185	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8

	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот «Витаминный»	160,0	0,32	-	27.1	104	0,2
Полдник	Каша манная молочная	180	0,1	-	11,7	48,1	0,8
	Пряник	56	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Чай	180	3,6	3,3	25,0	144	-