

Меню на 28.09.2022 для групп раннего возраста

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	225	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Булка со сливочным маслом	34/5	10.0 9	12,3	14,62	215	0,58
	Какао на молоке	180	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	0,4
П-Завтрак	Сок	100	-	-	10.5	48	1.2
Обед	Суп гороховый на курином бульоне	180	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Тефтели рыбные	60	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Пюре картофельное	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	41	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма	160	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Кефир	160	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Пряник	51	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9

Меню групп дошкольного возраста с 10,5-ти часовым режимом на 28.09.2022

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	225	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Булка со сливочным маслом	34/5	10.0 9	12,3	14,62	215	0,58
	Какао на молоке	180	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	0,4
П-Завтрак	Сок	100	-	-	10.5	48	1.2

Обед	Суп гороховый на курином бульоне	200	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Тефтели рыбные	69	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Пюре картофельное	123	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	41	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Кефир	160	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Пряник	31	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9

Меню групп дошкольного возраста с 12- часовым режимом на 28.09.2022

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	225	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Булка со сливочным маслом	34/5	10.0 9	12,3	14,62	215	0,58
	Какао на молоке	180	3,40 5	2,99 5	18,67	110,590	0,4
П-Завтрак	Сок	100	-	-	10.5	48	1.2
Обед	Суп гороховый на курином бульоне	200	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Тефтели рыбные	69	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Пюре картофельное	123	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	41	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Уплотненный полдник	Вермишель отварная со сл.маслом и сахаром	103	0.58	4.5	3.44	63.22	-

	Кефир	160	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Пряник	31	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9