

Меню групп раннего возраста на 29.03.2024

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	180	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	160	-	-	11,7	48,1	-
II-Завтрак	Сок	98	-	-	10.5	48	1.2
Обед		25	-	-	11,7	48,1	0,01
	Щи из морской капусты	180,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Гуляш из мяса кур	70	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рожки	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	160	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Кулеш молочный пшённый	180	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Булка	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 29.03.2024

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	180	-	-	11,7	48,1	-
II-Завтрак	Сок	98	-	-	10.5	48	1.2
Обед		25	-	-	11,7	48,1	0,01
	Щи из морской капусты	200,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58

	Гуляш из мяса кур	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	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Кулеш молочный пшённый	200	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Булка	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 29.03.2024

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай с лимоном	180	5,12	5.12	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Сок	98	-	-	10.5	48	1.2
Обед		25	-	-	11,7	48,1	0,01
	Щи из морской капусты	200,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Гуляш из мяса кур	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	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник уплотненный	Кулеш молочный пшённый	180	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Булка	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Кофейный напиток	180					

