

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 11.10.2023

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	200	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка с повидлом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	-	-	11,7	48,1	0,8
П-Завтрак	Сок	102	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед	Помидор свежий	37	0,29	0,07	1,29	6,0	4,56
	Суп гречневый на курином бульоне	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Шницель из мяса кур	70	17,7	15,2	---	207	0.47
	Сложный гарнир (рис отварной, капуста тушеная)	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма	180	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Кулеш молочный пшенный	200	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка	32	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 11.10.2023

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые	Энергетическая	Витамин С
			вещества (г)		

			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	200	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка с повидлом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	3,2	2,5	11,7	48,1	0,8
II-Завтрак	Сок	102	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед	Помидор свежий	37	0,29	0,07	1,29	6,0	4,56
	Суп гречневый на курином бульоне	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Шницель из мяса кур	70	17,7	15,2	---	207	0.47
	Сложный гарнир (рис отварной, капуста тушеная)	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма	180	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Уплотненный полдник	Кулеш молочный пшенный	200	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка	32	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Чай	180	0,1	-	11,7	48,1	0,8
	Пряник	37	2,75	1.3	6,97	42,18	0.02

Меню групп раннего возраста на 11.10.2023

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		

Завтрак	Каша молочная манная	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	-
	Кофейный напиток	160	-	-	11,7	48,1	0,8
II- Завтрак	Сок	102	5,0	5,8	21	96	2.4
Обед	Помидор свежий	37	0,29	0,07	1,29	6,0	4,56
	Суп гречневый на курином бульоне	180,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Шницель из мяса кур	60	17,7	15,2	---	207	0.47
	Сложный гарнир (рис отварной, капуста тушеная)	110.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Хлеб ржаной	41	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из изюма	160	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Кулеш молочный пшенный	180	7,98	8,78	11,41	134,94	2,51
	Булка	31	2,0	0,55	21,65	10,0	-