**Меню на 12.10.2023 для групп дошкольного возраста с 10.5-часовым режимом пребывания**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | | Вита-мин С |
| Б | Ж | У | |  |
| Завтрак | Омлет | 80 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | | 197,9 | - |
|  | Булка со сливочным маслом | 34/5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | | 110,1 | - |
| Чай | 180 |  |  | 25,0 | | 79.6 |  |
| II-Завтрак | Сок | 95 | 0,54 | 0,36 | 29,34 | | 63,0 | 3,6 |
| Обед | Огурец свежий | 28 | 0.32 | 0.56 | 3.31 | | 7,5 | 0,36 |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 200 | 3.67 | 5.0 | 12.5 | | 105.5 | 9.75 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 11.01 | 10.82 | 23.87 | | 235.86 | 7,8 |
| Хлеб ржаной | 41,0 | 2,64 | 0,48 | 13.6 | | 72.4 | - |
| Напиток из лимона | 180,0 | 0,32 | - | 27.1 | | 104 | 1,2 |
| Полдник | Булочка домашняя | 105 | 3,0 | 0,36 | 19,88 | | 90,4 | - |
| Крем-брюле | 180 | 3,2 | 5,6 | 25,0 | | 79,6 | - |

**Меню на 12.10.2023 для групп дошкольного возраста с 12-часовым режимом пребывания**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | | Вита-мин С |
| Б | Ж | У | |  |
| Завтрак | Омлет | 100 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | | 197,9 | - |
|  | Булка со сливочным маслом | 33/5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | | 110,1 | - |
| Чай | 180 |  |  | 25,0 | | 79.6 |  |
| II-Завтрак | Сок | 95 | 0,54 | 0,36 | 29,34 | | 63,0 | 3,6 |
| Обед | Свежий огурец | 27 | 0.32 | 0.56 | 3.31 | | 7,5 | 0,36 |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 200 | 3.67 | 5.0 | 12.5 | | 105.5 | 9.75 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 11.01 | 10.82 | 23.87 | | 235.86 | 7,8 |
| Хлеб ржаной | 41,0 | 2,64 | 0,48 | 13.6 | | 72.4 | - |
| Напиток из лимона | 180,0 | 0,32 | - | 27.1 | | 104 | 1,2 |
| Уплотненный полдник | Рис с тушенными овощами | 120 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | | 197,9 | 0,2 |
| Булочка домашняя | 105 | 3,0 | 0,36 | 19,88 | | 90,4 | - |
| Крем-брюле | 180 | 3,2 | 5,6 | 25,0 | | 79,6 | - |

**Меню на 12.10.2023 для групп раннего возраста с 10.5-часовым режимом пребывания**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | | Вита-мин С |
| Б | Ж | У | |  |
| Завтрак | Омлет | 100 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | | 197,9 | - |
|  | Булка с маслом | 33 / 5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | | 110,1 | - |
| Чай | 160 |  |  | 25,0 | | 79,6 | - |
| II-Завтрак | Сок | 95 | 0,54 | 0,36 | 29,34 | | 63,0 | 3,6 |
| Обед | Свежий огурец | 27 | 0.32 | 0.56 | 3.31 | | 7,5 | 0,36 |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 180 | 3.67 | 5.0 | 12.5 | | 105.5 | 9.75 |
| Жаркое по-домашнему | 180 | 11.01 | 10.82 | 23.87 | | 235.86 | 7,8 |
| Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13.6 | | 72.4 | - |
| Напиток из лимона | 160,0 | 0,32 | - | 27.1 | | 104 | 1,2 |
| Полдник | Булочка домашняя | 95 | 3,0 | 0,36 | 19,88 | | 90,4 | 0,8 |
| Кремм-брюле | 160 | 3,2 | 5,6 | 25,0 | | 79,6 | - |