

Меню групп раннего возраста на 20.10.2023

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	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	160	-	-	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Яблоко	112	-	-	10.5	48	1.2
Обед	Огурец свежий	29	0.5	1.5	1.48	30.2	5,0
	Щи из морской капусты на курином бульёне со сметаной	180,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Котлета	60	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Картофельное пюре	150	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 20.10.2023

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	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	180	-	-	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Сок	95	-	-	10.5	48	1.2

Обед	Огурец свежий	60	0,5	1,5	1,48	30,2	5,0
	Щи из морской капусты на курином бульёне со сметаной	200,0	6,66	7,56	16,13	138,85	9,58
	Колбаса отварная	60	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Картофельное пюре	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 20.10.2023

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	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	180	5,12	5,12	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Сок	125	-	-	10,5	48	1,2
Обед	Огурец свежий	60	0,5	1,5	1,48	30,2	5,0
	Щи из морской капусты на курином бульёне со сметаной	200,0	6,66	7,56	16,13	138,85	9,58
	Колбаса отварная	75	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Картофельное пюре	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 уплотнен ный	Кулеш молочный пшённный	180	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Булка	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Кофейный напиток	180	-	-	11,7	48,1	0,01
	Пряник	20	2,75	2,25	3,6	47,6	-