

Меню на 10.11.2023 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 манная	180	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка с маслом	35/5 /19	1,91	4,61	14,49	110,1	1,91
	Кофейный напиток	160	7,5	3,2	18,67	150,590	4
II-Завтрак	Сок	100	1,05	5,1	7,95	82,5	-
Обед	Огурец свежий	31	6,8	3,9	4,5	59,75	0,8
	Свекольник на курином бульоне со сметаной	180	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Котлета	60	12,31	10,91	9,23	189,0	1,4
	Рожки	110	3,0	5,0	20,1	130,0	0,5
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	160	0,06	-	15,27	62,5	6
Полдник	Чай	180	1,67	6,82	8,06	73,8	0,36
	Булочка домашняя	75	0,1	-	11,7	48,1	-

Меню групп дошкольного возраста с 10,5 часовым режимом на 10.11.2023

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	200	6,5	8,3	23,52	219,8	0,9
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	2,5	3,2	18,67	50,590	4
II-Завтрак	Сок	86	1,05	5,1	7,95	82,5	-
	Огурец свежий	31	6,8	3,9	4,5	59,75	0,8

Обед	Свекольник на курином бульоне со сметаной	200	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Котлета	70	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Рожки	125	3,0	5,0	20,1	130,0	0,5
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	Хлеб ржаной	42	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Чай	179	1,67	6,82	8,06	73,8	0,36
	Булочка домашняя	59	0,1	-	11,7	48,1	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 10.11.2023

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	200	6,5	8,3	23.52	219.8	0,9
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	2,5	3,2	18,67	50,590	4
II-Завтрак	Сок	82	-	-	10.5	48	1.2
Обед	Огурец свежий	31	6.8	3.9	4.5	59.75	0.8
	Свекольник на курином бульоне со сметаной	200	7,3	5,2	30,0	218,0	4,6
	Котлета	70	12.3 1	10.9 1	9.23	189,0	1.4
	Рожки	125	3,0	5,0	20,1	130,0	0,5
	Соус	40	0,33	0,06	1,3	6,0	0,4
	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	Картофель отварной с маслом/огурец солёный	101/50	2,5	4,2	18,2	115,7	-

	Чай	171	1,67	6,82	8,06	73,8	0,36
	Булочка домашняя	59	0,1	-	11,7	48,1	-