

Меню на 07.12.2023 для групп дошкольного возраста с 10.5-часовым режимом пребывания

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	200	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка со сливочным маслом	34/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180			25,0	79,6	
П-Завтрак	Мандарин	105	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
	Рожки	125	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Гуляш	90	17,7	15,2	---	207	0.47
	Хлеб ржаной	41,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот из сухофруктов	200	0,32	-	27.1	104	1,2
Полдник	Булочка домашняя	105	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Чай	180	3,2	5,6	25,0	79,6	-

Меню на 07.12.2023 для групп дошкольного возраста с 12-часовым режимом пребывания

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	200	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка со	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-

	сливочным маслом						
	Кофейный напиток	180			25,0	79,6	
П-Завтрак	Мандарин	105	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Огурец свежий	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
	Рожки	125	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Гуляш	90	17,7	15,2	---	207	0.47
	Хлеб ржаной	41,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот из сухофруктов	200	0,32	-	27.1	104	1,2
Уплотненный полдник	Рис тушеный с овощами	98	6,21	5,28	27,90	197,9	0,2
	Булочка домашняя	105	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Чай	180	3,2	5,6	25,0	79,6	-

Меню на 07.12.2023 для групп раннего возраста с 10.5-часовым режимом пребывания

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	180	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка со сливочным маслом	33 / 5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	160			25,0	79,6	-
П-Завтрак	Мандарин	105	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Огурец свежий	27	0.32	0.56	3.31	7,5	0,36
	Свекольник на курином бульоне	180	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75

	со сметаной						
	Рожки	110	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Гуляш	70	17,7	15,2	---	207	0.47
	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	13.6	72.4	-
	Компот из сухофруктов	180	0,32	-	27.1	104	1,2
Полдник	Булочка домашняя	95	3,0	0,36	19,88	90,4	0,8
	Чай	160	3,2	5,6	25,0	79,6	-