

Меню групп раннего возраста на 14.12.2023

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С(мг)
			Б	Ж	У		
			Завтрак	Омлет	100	9.28	9.25
	Свекла тушеная с чесноком	50	0.5	1.5	1.48	30.2	5,0
	Булка с маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	160,0	-	-	22,78	33,06	-
2 завтрак	Мандарин	120	0.17	0.26	13.81	55.2	1.6
Обед	Свежий огурец	50	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Борщ на курином бульоне со сметаной	180,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Шницель из мяса кур	65.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	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 лимона	160	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Молоко	181	3,405	2,995	18,67	110,590	
	Печенье	27	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 14.12.2023

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
			Завтрак	Омлет	100	9.28	9.25
	Свекла тушеная с чесноком	50	0.5	1.5	1.48	30.2	5,0
	Булка с маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	160,0	-	-	22,78	33,06	-
II-Завтрак	Мандарин	120	-	-	10.5	55.2	1.6
Обед	Свежий огурец	50	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Борщ на курином бульоне со сметаной	180,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Шницель из мяса кур	65.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	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 лимона	180	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Молоко	181	3,405	2,995	18,67	110,590	
	Печенье	27	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 14.12.2023

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет	100	9.28	9.25	9.42	123.96	0.65
	Свекла тушеная с чесноком	50	0.5	1.5	1.48	30.2	5,0
	Булка с маслом	35/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	160,0	-	-	22,78	33,06	-
II-Завтрак	Мандарин	120	-	-	10.5	55.2	1.6
Обед	Свежий огурец	50	0.71	2.99	4.81	39.32	9.75
	Борщ на курином бульоне со сметаной	180,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Шницель из мяса кур	65.0	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Гречка с маслом	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	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 лимона	180	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Уплотненный полдник	Молоко	181	3,405	2,995	18,67	110,590	
	Печенье	27	6.29	7.38	5.69	119.84	0.67
	Каша молочная манная	180	3,405	2,995	18,67	110,590	

