**Меню групп раннего возраста на 29.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Каша молочная рисовая | 180 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | 297.8 | 0,5 |
| Булка с маслом  | 33/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Какао с молоком | 160 | - | - | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Мандарин | 110 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Помидор  | 33 | 0.5 | 1.5 | 1.48 | 30.2 | 5,0 |
| Суп «Рябушка» | 180,0 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | 138.85 | 9.58 |
| Гуляш | 70 | 8,0 | 3,0 | 6,0 | 81,0 | 0,26 |
| Рожки | 110 | 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 | Чай | 180 | 5.22 | 4.5 | 7.2 | 95.4 | - |
| Печенье | 22 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 29.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Каша молочная рисовая | 200 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | 297.8 | 0,5 |
| Булка с маслом  | 33/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Какао с молоком | 180 | - | - | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок | 130 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Помидор  | 33 | 0.5 | 1.5 | 1.48 | 30.2 | 5,0 |
| Суп «Рябушка» | 200,0 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | 138.85 | 9.58 |
| Гуляш | 90 | 8,0 | 3,0 | 6,0 | 81,0 | 0,26 |
| Рожки | 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 | Чай | 200 | 5.22 | 4.5 | 7.2 | 95.4 | - |
| Вафли | 14 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 29.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Каша молочная рисовая | 200 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | 297.8 | 0,5 |
| Булка с маслом  | 33/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Какао с молоком | 180 | 5,12 | 5.12 | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок | 130 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Помидор  | 33 | 0.5 | 1.5 | 1.48 | 30.2 | 5,0 |
| Суп «Рябушка» | 200,0 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | 138.85 | 9.58 |
| Гуляш | 90 | 8,0 | 3,0 | 6,0 | 81,0 | 0,26 |
| Рожки | 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 |
| Булка | 33 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Полдник уплотненный | Чай | 200 | - | - | 11,7 | 48,1 | 0,01 |
| Вафли | 14 | 2,75 | 2,25 | 3,6 | 47,6 | - |