

Меню групп раннего возраста на 19.01.2024

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	180	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	160	-	-	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Яблоко	98	-	-	10.5	48	1.2
Обед	Помидор	33	0.5	1.5	1.48	30.2	5,0
	Щи из морской капусты	180,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Печень по-строгановски	70	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рис	110	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из яблок	160	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Молоко	180	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Пряник	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 19.01.2024

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	200	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	-	-	11,7	48,1	-
П-Завтрак	Яблоко	98	-	-	10.5	48	1.2
Обед	Помидор	33	0.5	1.5	1.48	30.2	5,0

	Щи из морской капусты	200,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Печень по-строгановски	90	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рис	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из яблок	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник	Молоко	200	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Пряник	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 19.01.2024

Прием пищи (Сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	200	14.19	13.05	32.62	297.8	0,5
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Кофейный напиток	180	5,12	5.12	11,7	48,1	-
II-Завтрак	Яблоко	98	-	-	10.5	48	1.2
Обед	Помидор	33	0.5	1.5	1.48	30.2	5,0
	Щи из морской капусты	200,0	6.66	7.56	16.13	138.85	9.58
	Печень по-строгановски	90	8,0	3,0	6,0	81,0	0,26
	Рис	125	3,0	5,0	20,1	130,0	8,5
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из яблок	180	0,06	-	15.27	62.5	6
Полдник уплотнен- ный	Молоко	180	5.22	4.5	7.2	95.4	-
	Пряник	33	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Яйцо	25	-	-	11,7	48,1	0,01
	Зелёный горошек	35	2,75	2,25	3,6	47,6	-

	Хлеб	21	2,0	0,55	21,65	10,0	-
--	------	----	-----	------	-------	------	---