

Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 21.02.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет	100	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	180	-	-	11,7	48,1	0,8
П-Завтрак	Сок	102	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед							
	Суп гречневый на курином бульоне	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Биточки куриные	70	17,7	15,2	---	207	0.47
	Макароны	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Соус	37	0,29	0,07	1,29	6,0	4,56
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Кулеш молочный пшённый	200	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка	32	2,0	0,55	21,65	10,0	-

Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 21.02.2024

Прием	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые	Энергетическая	Витамин
-------	--------------------	-------------	---------	----------------	---------

пищи			вещества (г)			ценность (ккал)	С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет	100	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	180	3,2	2,5	11,7	48,1	0,8
II- Завтрак	Сок	102	1.5	0.5	21	96	2.4
Обед							
	Суп гречневый на курином бульоне	200,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Биточки куриные	70	17,7	15,2	---	207	0.47
	Макароны	125.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Соус	37	0,29	0,07	1,29	6,0	4,56
	Хлеб ржаной	40	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	180	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Уплотне нный полдник	Кулеш молочный пшённый	200	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка	32	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Чай	180	0,1	-	11,7	48,1	0,8

Меню групп раннего возраста на 21.02.2024

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет	200	20,0	18,0	35,0	350,0	10,0
	Булка с маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-
	Чай	160	-	-	11,7	48,1	0,8
П- Завтрак	Сок	102	5,0	5,8	21	96	2.4
Обед							
	Суп гречневый на курином бульоне	180,0	3.12	3.49	15.19	121.34	8.74
	Биточки куриные	60	17,7	15,2	---	207	0.47
	Макароны	110.0	2.71	3.17	9.2	78.3	98.59
	Соус	37	0,29	0,07	1,29	6,0	4,56
	Хлеб ржаной	41	2,0	0,55	21,65	10,0	-
	Компот из сухофруктов	160	0,2	--	19.94	77,97	3,95
Полдник	Кулеш молочный пшённый	180	7,98	8,78	11,41	134,94	2,51
	Булка	31	2,0	0,55	21,65	10,0	-