

Меню на 22.02.2024 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 манная	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	Сок	105	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Салат «Здоровье»	28	0.32	0.56	3.31	7,5	0,36
	Щи из свежей капусты	200	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Рис/соус	125/40	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Котлета	70	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	Пряник	60	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Чай	180	3,2	5,6	25,0	79,6	-

Меню на 22.02.2024 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 манная	200	6,21	5,28	27,90	197,9	-
	Булка со сливочным маслом	33/5	1,91	4,61	14,49	110,1	-

	Кофейный напиток	180			25,0	79.6	
II-Завтрак	Сок	105	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Салат «Здоровье»	27	0.32	0.56	3.31	7,5	0,36
	Щи из свежей капусты	200	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75
	Рис/соус	125/40	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Котлета	70	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	Картофель отварной/солёный огурец	126	6,21	5,28	27,90	197,9	0,2
	пряник	60	3,0	0,36	19,88	90,4	-
	Чай	180	3,2	5,6	25,0	79,6	-

Меню на 22.02.2024 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 манная	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	-
II-Завтрак	Сок	105	0,54	0,36	29,34	63,0	3,6
Обед	Салат «Здоровье»	27	0.32	0.56	3.31	7,5	0,36
	Щи из свежей капусты	180	3.67	5.0	12.5	105.5	9.75

	Рис/соус	125/40	11.0 1	10.8 2	23.87	235.86	7,8
	Котлета	60	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	Пряник	60	3,0	0,36	19,88	90,4	0,8
	Чай	160	3,2	5,6	25,0	79,6	-