**Меню на 12.03.2024 для групп раннего возраста**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи  | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Запеканка творожная  | 120 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | 0,3 |
| Соус молочный | 40 | - | - | 10.8 | 5,0 | 0,7 |
| Булка с маслом | 35/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | 160 | 5,4 | 3,4 | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок  | 95 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Салат «Зимний» | 50 | 0,29 | 0,07 | 1,29 | 12,0 | 4,56 |
| Суп вермишелевый на к/м бульоне | 180 | 7,3 | 5,2 | 30,0 | 218,0 | 4,6 |
| Капуста тушеная  | 180 | 17,7 | 15,2 |   --- |   207 | 0.47 |
| Биточек куриный  | 60 |  |  |  |  |  |
| Хлеб  | 42 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот из сухофруктов | 160 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Суп молочный гречневый  | 180 | 5,0 | 2,5 | 17,0 | 110,0 | - |
| Булка | 33 | 1.5 | 0,35 | 15.4 | 6,5 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 10,5 часовым режимом на 12.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи  | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Запеканка творожная  | 120 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | - |
| Соус молочный | 40 | - | - | 10.8 | 5,0 | - |
| Булка с маслом | 32/5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | 180 | 5,4 | 3,4 | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок  | 119 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| ОБЕД | Салат «Зимний» | 50 | 0,29 | 0,07 | 1,29 | 6,0 | 4,56 |
| Суп вермишелевый на к/м бульоне | 200 | 7,3 | 5,2 | 30,0 | 218,0 | 4,6 |
| Капуста тушеная  | 200 | 17,7 | 15,2 |   --- |   207 | 0.47 |
| Биточек куриный  | 70 |  |  |  |  |  |
| Хлеб  | 41 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Суп молочный гречневый  | 200 | 5,0 | 2,5 | 17,0 | 110,0 | - |
| Булка | 34 | 1.5 | 0,35 | 15.4 | 6,5 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 12.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи  | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Запеканка творожная  | 120 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | - |
| Соус молочный | 40 | - | - | 10.8 | 5,0 | - |
| Булка с маслом | 32/5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | 180 | 5,4 | 3,4 | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок  | 119 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Салат «Зимний» | 50 | 0,29 | 0,07 | 1,29 | 6,0 | 4,56 |
| Суп вермишелевый на к/м бульоне | 200 | 7,3 | 5,2 | 30,0 | 218,0 | 4,6 |
| Капуста тушеная  | 90 | 17,7 | 15,2 |   --- |   207 | 0.47 |
| Биточек куриный  | 70 |  |  |  |  |  |
| Хлеб  | 41 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Уплотненный полдник | Суп молочный гречневый  | 180 | 5,0 | 2,5 | 17,0 | 110,0 | - |
| Булка | 33 | 1.5 | 0,35 | 15.4 | 6,5 | - |
| Чай | 180 | 3,405 | 2,995 | 18,67 | 110,590 | 0.4 |
| Печенье  | 20 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |