**Меню на 10.12.2024 для групп раннего возраста**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи  | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Сырники  | 110 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | 0,3 |
| Подлива молочная | 40 | 2,4 | 2,8 | 10.8 | 5,0 | 0,7 |
| Булка со сливочным маслом | 34/5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Какао с молоком | 160 | 5,4 | 3,4 | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Мандарин  |  | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Помидор свежий | 31 | 0,29 | 0,07 | 1,29 | 12,0 | 4,56 |
| Суп гречневый на курином бульоне | 180 | 7,3 | 5,2 | 30,0 | 218,0 | 4,6 |
| Гуляш из мяса кур | 70 | 17,7 | 15,2 |   --- |   207 | 0.47 |
| Рожки  | 108 | 5,82 | 9,74 | 50,0 | 298,47 | - |
| Хлеб  | 40 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот «Ассорти» | 160 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Кулеш молочный пшенный | 180 | 5,0 | 2,5 | 17,0 | 110,0 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 10,5 часовым режимом на 10.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи  | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Сырники  | 120 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | - |
| Подлива молочная | 40 | 2,4 | 2,8 | 10.8 | 5,0 | - |
| Булка со сливочным маслом | 34/5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Какао с молоком | 180 | 5,4 | 3,4 | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Мандарин  |  | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| ОБЕД | Помидор свежий | 32 | 0,29 | 0,07 | 1,29 | 6,0 | 4,56 |
| Суп гречневый на курином бульоне  | 200 | 7,3 | 5,2 | 30,0 | 218,0 | 4,6 |
| Гуляш из мяса кур | 90 | 17,7 | 15,2 |   --- |   207 | 0.47 |
| Рожки  | 125 | 5,82 | 9,74 | 50,0 | 298,47 | - |
| Хлеб  | 41 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот «Ассорти» | 180 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Кулеш молочный пшенный | 200 | 5,0 | 2,5 | 17,0 | 110,0 | - |