**Меню на 16.10.2024 для групп раннего возраста**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи  | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Омлет  | 120 | 6,5 | 8,3 | 23.52 | 219.8 | 0,9 |
| Хлеб  | 20 |  |  |  |  |  |
| Свекла тушеная | 45 |  |  |  |  |  |
| Булка с маслом | 33/5 | 5.06 | 7 | 14,62 | 145 | - |
| Чай с лимоном | 160 | 3,405 | 2,995 | 18,67 | 110,590 | 0.4 |
| II-Завтрак | Йогурт  | 173 | 0,7 | 0,15 | 17,0 | 75,0 | 3,58 |
| Обед | Помидор  | 34 | 0.3 | 0.07 | 69 | 37.0 | 0.2 |
| Суп гречневый на курином бульоне | 180 | 7,3 | 5,2 | 30,0 | 218,0 | 4,6 |
| Жаркое по-домашнему | 180 | 12.31 | 10.91 | 9.23 | 189,0 | 1.4 |
| Хлеб | 42 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот из с/ф | 160 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Печенье  |  | 6,5 | 8,3 | 23.52 | 219.8 | 0,9 |
| Крем-брюле | 160 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 10,5 часовым режимом на 16.10.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи  | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Омлет  | 120 | 6,5 | 8,3 | 23.52 | 219.8 | 0,9 |
| Хлеб  | 20 |  |  |  |  |  |
| Свекла тушеная | 50 |  |  |  |  |  |
| Булка с маслом | 33/5 | 5.06 | 7 | 14,62 | 145 | - |
| Чай с лимоном | 180 | 3,405 | 2,995 | 18,67 | 110,590 | - |
| II-Завтрак | Сок  | 101 | 0,7 | 0,15 | 17,0 | 75,0 | 3,58 |
| Обед | Помидор  | 35 | 0.3 | 0.07 | 69 | 37.0 | 0.2 |
| Суп гречневый на курином бульоне | 200 | 7,3 | 5,2 | 30,0 | 218,0 | 4,6 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 12.31 | 10.91 | 9.23 | 189,0 | 1.4 |
| Хлеб | 43 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот из с/ф | 180 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Печенье  |  | 6,5 | 8,3 | 23.52 | 219.8 | 0,9 |
| Крем-брюле | 180 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |