**Меню групп раннего возраста на 16.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Плов фруктовый с яблоками | 140 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | 297.8 | 0,5 |
| Булка с маслом | 33/5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Чай  | 160 | - | - | 18,67 | 110,590 | 4 |
| 2-й завтрак | Сок | 95 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38,0 | 3,6 |
| Обед | Салат из моркови | 50 | 0,45 | 0,2 | 3,4 | 25,3 | 3,3 |
| Щи на курином бульоне со сметаной | 180,0 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | 138.85 | 9.58 |
| Азу из мяса кур | 80 | 17,98 | 28,78 | 26,41 | 134,94 | - |
| Гречка со слив.маслом | 110 | 2.1 | 40.27 | 3.3 | 147 | 6 |
| Хлеб ржаной | 42 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Кисель | 160 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Молоко | 171 | 0,1 | - | 11,7 | 48,1 | 0,8 |
| Булка с повидлом | 34/18 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 10.5часовым режимом на 16.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Плов фруктовый с яблоками | 160 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | 297.8 | 0,5 |
| Булка с маслом | 32/5 | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Чай  | 180 | - | - | 18,67 | 110,590 | 4 |
| 2-й завтрак | Сок | 95 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38,0 | 36 |
| Обед | Салат из моркови | 40 | 0,45 | 0,2 | 3,4 | 25,3 | 3,3 |
| Щи на курином бульоне со сметаной | 180,0 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | 138.85 | 9.58 |
| Азу из мяса кур | 100 | 17,98 | 28,78 | 26,41 | 134,94 | - |
| Гречка со слив.маслом | 125 | 2.1 | 40.27 | 3.3 | 147 | 6 |
| Хлеб ржаной | 42 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Кисель | 180 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Молоко | 184 | 0,1 | - | 11,7 | 48,1 | 0,8 |
| Булка с повидлом | 34/18 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |