**Меню на 18.07.2024 для групп дошкольного возраста с 10.5-часовым режимом пребывания**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Омлет/хлеб | 120/22 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | - |
|  | Булка с маслом  | 34/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | 180 |  |  |  25,0 |  79.6 |   |
| II-Завтрак | Сок  | 75 | 0,54 | 0,36 | 29,34 | 63,0 | 3,6 |
| Обед | Салат из свежей капусты | 60 |  |  |  |  |  |
| Борщ на курином бульоне со сметаной | 200 | 3.67 | 5.0 | 12.5 | 105.5 | 9.75 |
| Гречка  | 125 | 11.01 | 10.82 | 23.87 | 235.86 | 7,8 |
| Котлета кур./соус | 70/40 | 17,7 | 15,2 |   --- |   207 | 0.47 |
| Хлеб | 44 | 2,64 | 0,48 | 13.6 | 72.4 | - |
| Компот из лимона | 180 | 0,32 | - | 27.1 | 104 | 1,2 |
| Полдник | Булка | 34 | 3,0 | 0,36 | 19,88 | 90,4 | - |
| Кефир  | 203 | 3,2 | 5,6 |  25,0 |  79,6 |  - |

**Меню на 18.07.2024 для групп дошкольного возраста с 12-часовым режимом пребывания**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Омлет/хлеб | 120/22 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | - |
|  | Булка с маслом  | 34/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | 180 |  |  |  25,0 |  79.6 |   |
| II-Завтрак | Сок  | 75 | 0,54 | 0,36 | 29,34 | 63,0 | 3,6 |
| Обед | Салат из свежей капусты | 60 | 0.32 | 0.56 | 3.31 | 7,5 | 0,36 |
| Борщ на курином бульоне со сметаной | 200 | 3.67 | 5.0 | 12.5 | 105.5 | 9.75 |
| Гречка  | 125 | 11.01 | 10.82 | 23.87 | 235.86 | 7,8 |
| Котлета кур./соус | 70/40 | 17,7 | 15,2 |   --- |   207 | 0.47 |
| Хлеб | 44 | 2,64 | 0,48 | 13.6 | 72.4 | - |
| Компот из лимона | 180 | 0,32 | - | 27.1 | 104 | 1,2 |
| Уплотненный полдник  | Булка | 34 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | 0,2 |
| Чай  | 180 | 3,0 | 0,36 | 19,88 | 90,4 | - |
| Картофель отварной с овощами | 95 | 3,2 | 5,6 |  25,0 |  79,6 |  - |

**Меню на 18.07.2024 для групп раннего возраста с 10.5-часовым режимом пребывания**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи  | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Омлет/хлеб | 120/22 | 6,21 | 5,28 | 27,90 | 197,9 | - |
|  | Булка с маслом  | 34/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | 160 |  |  |  25,0 |  79,6 |  - |
| II-Завтрак | Мармелад  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | Салат из свежей капусты | 60 | 0.32 | 0.56 | 3.31 | 7,5 | 0,36 |
| Борщ на курином бульоне со сметаной | 180 | 3.67 | 5.0 | 12.5 | 105.5 | 9.75 |
| Гречка  | 110 | 11.01 | 10.82 | 23.87 | 235.86 | 7,8 |
| Котлета кур./соус | 60/40 | 17,7 | 15,2 |   --- |   207 | 0.47 |
| Хлеб | 44 | 2,64 | 0,48 | 13.6 | 72.4 | - |
| Компот из лимона | 160 | 0,32 | - | 27.1 | 104 | 1,2 |
| Полдник | Булка | 34 | 3,0 | 0,36 | 19,88 | 90,4 | 0,8 |
| Кефир  | 180 | 3,2 | 5,6 |  25,0 |  79,6 |  - |