**Меню на 18.10.2024 для групп дошкольного 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 |  |
| Каша молочная рисовая | 200 | 6,2 | 8,1 | 27,0 | 204,0 | 0,8 |
| Булка со сливочным маслом  | 35/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Сыр | 22 |  |  |  |  |  |
| Кофейный напиток | 180 | - | - | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок | 121 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Салат из морской капусты с яйцом | 45 |  |  |  |  |  |
| Суп фасолевый на к/м бульоне  | 200 | 3.12 | 3.49 | 15.19 | 121.34 | 3.74 |
| Рис | 125 | 14.25 | 16.58 | 5.88 | 230.05 | 0.42 |
| Котлета рыбная | 70 |  |  |  |  |  |
| Соус  | 40 |  |  |  |  |  |
| Хлеб | 36 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот из с/ф | 180 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Снежок  | 183 | - | - | 27,0 | 74,0 | 0,8 |
| Пряник  |  | 1,5 | 2.5 | 10.1 | 65,0 | 0,5 |

**Меню на 18.10.2024 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 | Каша молочная гречневая | 180 | 6,2 | 8,1 | 27,0 | 204,0 | 0,8 |
| Булка со сливочным маслом | 35/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | 160 | - | - | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок | 95 | 0,54 | 0,36 | 29,34 | 123,0 | 3,6 |
| Обед | Салат из морской капусты с яйцом | 45 |  |  |  |  |  |
| Суп фасолевый на к/м бульоне | 180 | 3.12 | 3.49 | 15.19 | 121.34 | 8.74 |
| Рис | 108 | 14.25 | 16.58 | 5.88 | 230.05 | 0.42 |
| Котлета рыбная | 60 |  |  |  |  |  |
| Соус  | 40 |  |  |  |  |  |
| Хлеб | 36 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Компот из с/ф | 160 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Снежок | 166 | - | - | 27,0 | 74,0 | 0,8 |
| Пряник |  | 1,5 | 2.5 | 10.1 | 65,0 | 0,5 |