**Меню групп раннего возраста на 19.07.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Каша молочная геркулесовая | 180 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | 297.8 | 0,5 |
| Булка с маслом  | 36/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Чай  | 160 | - | - | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Яблоко | 54 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Салат из свеклы | 53 | 0.5 | 1.5 | 1.48 | 30.2 | 5,0 |
| Суп «Рябушка» | 180 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | 138.85 | 9.58 |
| Котлета рыбная | 75 | 8,0 | 3,0 | 6,0 | 81,0 | 0,26 |
| Рис | 108 | 3,0 | 5,0 | 20,1 | 130,0 | 8,5 |
| Хлеб | 40 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Соус  | 40 |  |  |  |  |  |
| Компот из с/ф | 160 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Кофейный напиток | 160 | 5.22 | 4.5 | 7.2 | 95.4 | - |
| Вермишель с сахаром и маслом | 113 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 10.5 часовым режимом на 19.07.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Каша молочная геркулесовая | 200 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | 297.8 | 0,5 |
| Булка с маслом  | 36/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Чай  | 180 | - | - | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок | 81 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Салат из свеклы | 55 | 0.5 | 1.5 | 1.48 | 30.2 | 5,0 |
| Суп «Рябушка» | 200 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | 138.85 | 9.58 |
| Котлета рыбная | 75 | 8,0 | 3,0 | 6,0 | 81,0 | 0,26 |
| Рис | 123 | 3,0 | 5,0 | 20,1 | 130,0 | 8,5 |
| Хлеб | 41 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Соус  | 40 |  |  |  |  |  |
| Компот из с/ф | 180 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник | Кофейный напиток | 180 | 5.22 | 4.5 | 7.2 | 95.4 | - |
| Вермишель с сахаром и маслом | 129 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 12 часовым режимом на 19.07.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энерге-тическая ценность (ккал) | Вита-мин С |
| Б | Ж | У |  |
| Завтрак | Каша молочная геркулесовая | 200 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | 297.8 | 0,5 |
| Булка с маслом  | 36/5  | 1,91 | 4,61 | 14,49 | 110,1 | - |
| Чай  | 180 | 5,12 | 5.12 | 11,7 | 48,1 | - |
| II-Завтрак | Сок | 81 | - | - | 10.5 | 48 | 1.2 |
| Обед | Салат из свеклы | 55 | 0.5 | 1.5 | 1.48 | 30.2 | 5,0 |
| Суп «Рябушка» | 200 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | 138.85 | 9.58 |
| Котлета рыбная | 75 | 8,0 | 3,0 | 6,0 | 81,0 | 0,26 |
| Рис | 123 | 3,0 | 5,0 | 20,1 | 130,0 | 8,5 |
| Хлеб | 41 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |
| Соус  | 40 |  |  |  |  |  |
| Компот из с/ф | 180 | 0,06 | - | 15.27 | 62.5 | 6 |
| Полдник уплотненный | Кофейный напиток | 180 | 5.22 | 4.5 | 7.2 | 95.4 | - |
| Вермишель с сахаром и маслом | 129 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | 10,0 | - |