**Меню групп раннего возраста на 19.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | | Вита-мин С |
| Б | Ж | У | |  |
| Завтрак | Запеканка творожная | | 130 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | | 297.8 | 0,5 |
| Сладкая подлива из фруктового киселя | | 40 | 1,5 | 5,75 | 3,75 | | 71,7 | 0,1 |
| Булка со сливочным повидлом | | 34/20 | - | - | 14,49 | | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | | 160 | - | 2,5 | 18,67 | | 110,590 | 4 |
| Банан | Сок | | 76 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | | 38,0 | 36 |
| Обед | Салат «Зимний» из отварного картофеля с сол.огурцом и зеленым горошком, луком раст.маслом | | 70 | 0.71 | 2.99 | 4.81 | | 39.32 | 9.75 |
| Суп вермишелевый на курином бульоне | | 180,0 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | | 138.85 | 9.58 |
| Голубцы ленивые | | 180.0 | 6.29 | 7.38 | 5.69 | | 119.84 | 0.67 |
| Соус | | 40 | 2.1 | 40.27 | 3.3 | | 47 | 6 |
| Хлеб ржаной | | 40 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | | 10,0 | - |
| Компот из сухофруктов | | 160 | 0,06 | - | 15.27 | | 62.5 | 6 |
| Полдник | | Кулеш молочный гречневый | 185 | 0,1 | - | 11,7 | | 48,1 | 0,8 |
| Булка | 32 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | | 10,0 | - |

**Меню групп дошкольного возраста с 10.5часовым режимом на 19.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи (Сад) | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | | Вита-мин С |
| Б | Ж | У | |  |
| Завтрак | Запеканка творожная | 130 | 14.19 | 13.05 | 32.62 | | 297.8 | 0,5 |
| Сладкая подлива из фруктового киселя | 40 | 1,5 | 5,75 | 3,75 | | 71,7 | 0,1 |
| Булка со повидлом | 34/20 | - | - | 14,49 | | 110,1 | - |
| Кофейный напиток | 180 | - | 2.5 | 18,67 | | 110,590 | 4 |
| Банан | Сок | 76 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | | 38,0 | 36 |
| Обед | Салат «Зимний» из отварного картофеля с сол.огурцом и зеленым горошком, луком, раст.маслом | 65 | 0.71 | 2.99 | 4.81 | | 39.32 | 9.75 |
| Суп вермишелевый на курином бульоне | 200,0 | 6.66 | 7.56 | 16.13 | | 138.85 | 9.58 |
| Голубцы ленивые | 160.0 | 6.29 | 7.38 | 5.69 | | 119.84 | 0.67 |
| Соус | 40 | 2.1 | 40.27 | 3.3 | | 47 | 6 |
| Хлеб ржаной | 42 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | | 10,0 | - |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,06 | - | 15.27 | | 62.5 | 6 |
| Полдник | Кулеш молочный гречневый | 205 | 0,1 | - | 11,7 | | 48,1 | 0,8 |
| Булка | 32 | 2,0 | 0,55 | 21,65 | | 10,0 | - |