**Меню на 02.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | белки | жиры | углеводы | к/кал | Витамин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша геркулесовая молочная | 160 | 180 | 6,98 | 10,61 | 88,9 | 193,13 | 1,5 | 64 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,33 | 58,5 | - | 112 |
| Булка с маслом сливочным | 20/5 | 25/6 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок | - | 120 | 0,30 | - | 20,30 | 84,0 | 10,0 | *126* |
| **ИТОГО:** |  |  | **9,35** | **16,36** | **143,89** | **471,01** |  **11,5** |  |
|  ***Обед***  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты с растительным маслом | 40 | 50 | 0,79 | 3,06 | 4,94 | 51,5 | 21,75 | 91 |
| Суп фасолевый на курином бульоне | 180 | 200 | 4,51 | 4,16 | 19,95 | 148,24 | 12,35 | 17 |
| Гуляш из мяса кур | 60 | 70 | 10,13 | 10,69 | 4,89 | 160,51 | 4,2 | 32 |
|  Макароны отварные с маслом сливочным | 100 | 110 | 2,87 | 4,24 | 21,2 | 152,1 | - | 44 |
| Компот «Ассорти» | 150 | 180 | 0,65 | 0,01 | 21,95 | 94,5 | 2,0 | 102 |
| Хлеб ржаной | 30 | 35 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
|  **ИТОГО:** |  |  | **22,03** | **22,72** | **87,97** | **687,25** | **40,3** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Булка | 20 | 25 | 2,01 | 0,21 | 15,09 | 72,0 | - | 125 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,33 | 58,5 | - | 112 |
| **ИТОГО:** |  |  | **2,01** |  **0,21** | **29,42** | **130,5** | **0** |  |
| **Всего:** |  |  | **33,39** | **39,29** | **261,28** | **1288,76** | **51,8** |  |