**Меню на 05.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | углеводы | к/кал | Витамин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный рисовый | 160 | 180 | 6,64 | 10,04 | 29,8 | 266,3 | 1,5 | 51 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,33 | 58,5 | - | 112 |
| Булка с маслом сливочным | 25/5 | 30/6 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок яблочный(ясли) | 60 | - | 0,30 | - | 20,30 | 84,0 | 10,0 | *126* |
| Яблоко (сад) | - | 120 | 0,11 | - | 4,5 | 19,1 | 10,0 | *130* |
| **ИТОГО(сад):** |  |  | **9,12** | **16,15** | **68,99** | **479,28** | **11,5** |  |
| **ИТОГО(ясли):** |  |  | **9,31** | **16,15** | **84,79** | **544,18** | **11,5** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Зеленый горошек порционно | 35 | 35 | 1,2 | 0,11 | 3,1 | 20,0 | 4,8 | 89 |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 2,06 | 5,25 | 15,14 | 122,96 | 17,75 | 8 |
| Котлета рыбная | 70 | 80 | 13,7 | 11,6 | 7,06 | 132,78 | 1,0 | 39 |
| Гречка отварная | 110 | 120 | 0,59 | 3,93 | 6,17 | 56,68 | - | 45 |
| Соус | 15 | 20 | 0,48 | 2,4 | 4,7 | 39,27 | 2,4 | 117 |
| Компот  « Ассорти» | 150 | 180 | 0,65 | 0,01 | 21,95 | 94,5 | 2,0 | 102 |
| Хлеб ржаной | 25 | 30 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  | **21,76** | **23,86** | **73,16** | **546,59** | **27,95** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ленивые вареники с сахаром и маслом сливочным | 100 | 120 | 18,15 | 12,56 | 33,42 | 285,61 | - | 49 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,33 | 58,5 | - | 112 |
| Сушка «Челночок» | 35 | 35 | 4,8 | 2,8 | 48,0 | 336,0 | - | 133 |
| **ИТОГО:** |  |  | **22,95** | **15,36** | **95,75** | **680,11** | **-** |  |
| **Всего(сад) :** |  |  | **53,83** | **55,37** | **237,9** | **1633,98** | **39,45** |  |
| **Всего(ясли):** |  |  | **54,02** | **55,37** | **253,7** | **1698,88** | **39,45** |  |