**Меню на 08.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | углеводы | к/кал | Витамин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кулеш молочный пшенный | 160 | 180 | 4,75 | 5,41 | 23,38 | 184,2 | 1,5 | 66 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,3 | 58,5 | - | 112 |
| Булка с маслом сливочным | 25/5 | 30/6 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок яблочный | 100 | 120 | 0,30 | - | 20,30 | 84,0 | 10,0 | *126* |
| **ИТОГО:** |  |  | **7,42** | **11,16** | **78,34** | **462,08** | **11,5** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сельдь порционно | 20 | 25 | 3,56 | 1,54 | - | 29,0 | - | 93 |
| Суп вермишелевый на курином бульоне | 180 | 200 | 4,66 | 4,16 | 19,07 | 168,66 | 11,75 | 19 |
| Гуляш из мяса кур | 70 | 80 | 10,13 | 10,69 | 4,89 | 160,51 | 4,15 | 32 |
| Картофельное пюре | 120 | 140 | 4,5 | 6,12 | 35,69 | 228,41 | 20,5 | 42 |
| Компот из лимонов | 150 | 180 | 0,45 | 0,01 | 9,7 | 43,65 | 2,0 | *147* |
| Хлеб ржаной | 25 | 30 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  | **26,38** | **23,08** | **84,39** | **710,63** | **38,4** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Морковь тертая с сахаром | 100 | 120 | 1,2 | 2,0 | 76,37 | 64,5 | 5,0 | 79 |
| Булка | 20 | 25 | 2,01 | 0,21 | 15,09 | 72,0 | - | 125 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,3 | 58,5 | - | 112 |
| **ИТОГО:** |  |  | **3,21** | **2,21** | **105,76** | **195,0** | **5,0** |  |
| **Всего:** |  |  | **37,01** | **36,45** | **268,49** | **1367,71** | **54,9** |  |