**Меню на 12.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный вермишелевый | 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*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Яблоко | 80 | 100 | 0,11 | - | 4,5 | 19,1 | 10,0 | *130* |
| **ИТОГО :** |  |  | **9,12** | **15,79** | **68,99** | **479,28** | **11,5** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свеклы с растительным маслом | 40 | 45 | 0,84 | 3,06 | 5,6 | 50,52 | 7,0 | 88 |
| Суп гречневый на курином бульоне | 180 | 200 | 5,32 | 4,24 | 16,79 | 133,86 | 11,75 | 4 |
| 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 «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:** |  |  | **24,52** | **24,68** | **99,96** | **748,2** | **45,4** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Оладьи | 45 | 50 | 4,02 | 9,78 | 27,26 | 216,35 | 0,3 | 74 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,33 | 58,5 | - | 112 |
| **ИТОГО:** |  |  | **4,02** | **9,78** | **41,59** | **274,85** | **0,3** |  |
| **Всего :** |  |  | **37,66** | **50,25** | **210,54** | **1502,33** | **57,2** |  |