**Меню на 14.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 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*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Банан | 80 | 100 | 0,12 | - | 4,6 | 19,2 | 12,1 | *130* |
| **ИТОГО :** |  |  | **9,13** | **15,79** | **69,09** | **479,38** | **13,6** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соленый огурец порционно | 25 | 25 | 0,18 | - | 0,34 | 2,1 | 1,0 | 92 |
| 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:** |  |  | **23,86** | **21,62** | **94,7** | **699,78** | **39,4** |  |
| ***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 :** |  |  | **37,01** | **47,19** | **205,38** | **1454,01** | **53,3** |  |