**Меню на 16.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Плов овощной | 100 | 120 | 3,22 | 4,27 | 32,7 | 177,73 | 4,15 | 53 |
| Какао на сгущенном молоке | 150 | 180 | 1,31 | 1,59 | 14,6 | 79,66 | 1,5 | 107 |
| Булка с маслом сливочным | 25/5 | 30/6 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Мандарин(сад) | - | 100 | 0,15 | - | 10,15 | 19,2 | 44,0 | *127* |
| Сок яблочный (ясли) | 80 | - | 0,30 | - | 20,30 | 84,0 | 10,0 | *126* |
| **ИТОГО (сад):** |  |  | **7,05** | **11,61** | **77,81** | **411,97** | **49,65** |  |
| **ИТОГО (ясли) :** |  |  | **7,2** | **11,61** | **87,96** | **476,77** | **15,65** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соленый огурец порционно | 40 | 45 | 0,18 | - | 0,34 | 2,1 | 1,0 | 92 |
| Щи на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 5,86 | 5,84 | 15,48 | 112,89 | 33,65 | 14 |
| Жаркое по-домашнему с печенью | 140 | 160 | 11,35 | 10,65 | 21,76 | 225,28 | 24,15 | 26 |
| 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:** |  |  | **21,12** | **17,06** | **74,57** | **515,17** | **60,8** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Венская булочка | 50 | 55 | 5,47 | 8,91 | 38,55 | 260,95 | 0,3 | 78 |
| Крем-брюле | 150 | 180 | 4,76 | 5,95 | 21,98 | 163,9 | 1,5 | 126 |
| **ИТОГО :** |  |  | **10,23** | **14,86** | **60,53** | **424,85** | **1,8** |  |
| **Всего ( сад):** |  |  | **38,4** | **43,53** | **212,91** | **1351,99** | **112,25** |  |
| **Всего(ясли) :** |  |  | **38,55** | **43,53** | **223,06** | **1416,79** | **78,25** |  |