**Меню на 17.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша геркулесовая молочная | 160 | 180 | 6,98 | 10,61 | 88,9 | 193,13 | - | 64 |
| 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*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Апельсин | 80 | 100 | 0,15 | - | 10,15 | 19,2 | 44,0 | *127* |
| **ИТОГО :** |  |  | **9,5** | **16,36** | **133,74** | **406,21** | **44,0** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кабачковая икра порционно | 45 | 45 | 0,52 | 2,05 | 2,4 | 16,8 | 3,2 | 90 |
| Суп фасолевый на курином бульоне | 180 | 200 | 2,57 | 5,24 | 16,15 | 114,86 | 37,15 | 7 |
| Ежики с мясом кур | 120 | 140 | 12,54 | 10,05 | 30,73 | 268,83 | 1,75 | 40 |
| Соус | 15 | 20 | 0,48 | 2,4 | 4,7 | 39,27 | 2,4 | 117 |
| Хлеб ржаной | 25 | 30 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| Компот «Ассорти» | 150 | 180 | 0,65 | 0,01 | 21,95 | 94,5 | 2,0 | 102 |
| **ИТОГО:** |  |  | **19,84** | **20,31** | **90,97** | **614,66** | **46,5** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет (сад) | - | 100 | 1,68 | 0,05 | 12,03 | 109,53 | 16,0 | 76 |
| Хлеб ржаной (сад) | - | 20 | 1,54 | 0,28 | 7,52 | 40,2 | - | 124 |
| Чай с лимоном | 150 | 180 | 0,45 | 0,01 | 16,83 | 44,1 | 2,0 | 112 |
| Сельдь порционно (сад) | - | 35 | 3,56 | 1,54 | - | 29,0 | - | 93 |
| Булка(ясли) | 30 | - | 2,01 | 0,21 | 15,09 | 72,0 | - | 125 |
| **ИТОГО (сад):** |  |  | **7,23** | **1,88** | **36,38** | **222,83** | **18,0** |  |
| **ИТОГО (ясли):** |  |  | **2,46** | **0,22** | **31,92** | **116,1** | **2,0** |  |
| **Всего ( сад):** |  |  | **36,57** | **38,55** | **261,09** | **1243,7** | **108,5** |  |
| **Всего( ясли):** |  |  | **31,8** | **36,89** | **256,63** | **1136,97** | **92,5** |  |