**Меню на 20.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | углеводы | к/кал | Витамин С | № рецептуры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша молочная «Дружба» | 160 | 180 | 9,66 | 10,76 | 43,48 | 304,34 | 1,5 | 55 |
| 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*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок яблочный | 95 | 120 | 0,30 | - | 20,30 | 84,0 | 10,0 | *126* |
| **ИТОГО:** |  |  | **12,33** | **16,51** | **98,47** | **582,22** | **11,5** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Зеленый горошек порционно | 35 | 45 | 1,2 | 0,11 | 3,1 | 20,0 | 4,8 | 89 |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 2,06 | 5,25 | 15,14 | 122,96 | 17,75 | 8 |
| Картофельная запеканка с мясом кур | 120 | 140 | 11,64 | 14,14 | 20,42 | 261,84 | 21,75 | 28 |
| Соус | 15 | 20 | 0,48 | 2,4 | 4,7 | 39,27 | 2,4 | 117 |
| 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:** |  |  | **19,11** | **22,47** | **80,35** | **618,97** | **48,7** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Печенье «Курабье» | 45 | 50 | 2,4 | 1,4 | 24,0 | 168,0 | - | 133 |
| Молоко | 130 | 160 | 4,76 | 5,95 | 7,65 | 105,4 | 1,5 | 114 |
| **ИТОГО:** |  |  | **7,16** | **7,35** | **31,65** | **273,4** | **1,5** |  |
| **Всего:** |  |  | **38,6** | **46,33** | **210,47** | **1474,59** | **61,7** |  |