**Меню на 22.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | углеводы | к/кал | Витамин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суфле рыбное | 100 | 120 | 13,7 | 19,5 | 3,73 | 191,68 | 6,75 | 57 |
| Хлеб ржаной | 15 | 20 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 180 | 1,88 | 1,29 | 17,38 | 99,86 | 1,5 | 107 |
| Булка с маслом сливочным | 25\5 | 30/6 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок яблочный | 95 | 145 | 0,30 | - | 20,30 | 84,0 | 10,0 | *126* |
| **ИТОГО:** |  |  | **21,33** | **27,1** | **76,81** | **591,32** | **18,25** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свеклы с растительным маслом | 40 | 50 | 0,84 | 3,06 | 5,6 | 50,52 | 7,0 | 88 |
| Суп гороховый на курином бульоне | 180 | 200 | 7,98 | 4,81 | 24,43 | 193,59 | 12,53 | 10 |
| Пирожок с мясом кур | 100 | 120 | 14,46 | 15,51 | 34,99 | 336,63 | 1,3 | 30 |
| Компот «Ассорти» | 150 | 180 | 0,65 | 0,01 | 21,95 | 94,5 | 2,0 | 102 |
| Хлеб ржаной | 15 | 20 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  | **27,01** | **23,95** | **102,01** | **755,64** | **22,83** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Булка | 20 | 25 | 2,01 | 0,21 | 15,09 | 72,0 | - | 125 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,3 | 58,5 | - | 112 |
| **ИТОГО:** |  |  | **2,01** | **0,21** | **29,39** | **130,5** | **-** |  |
| **Всего:** |  |  | **50,35** | **51,26** | **208,21** | **1477,46** | **41,08** |  |