**Меню на 06.03.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | углеводы | к/кал | Витамин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный рисовый | 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 | 30/5 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Напиток  из сухофруктов | 50 | 50 | 0,65 | 0,01 | 21,95 | 94,5 | 2,0 | 102 |
| **ИТОГО:** |  |  | **9,66** | **15,8** | **86,44** | **554,68** | **3,5** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Зеленый горошек порционно | 40 | 40 | 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 |
| Котлета рыбная | 70 | 80 | 13,7 | 11,6 | 7,06 | 132,78 | 1,0 | 39 |
| Гречка отварная | 100 | 120 | 0,59 | 3,93 | 6,17 | 56,68 | - | 45 |
| Соус | 15 | 20 | 0,48 | 2,4 | 4,7 | 39,27 | 2,4 | 117 |
| Компот из лимонов | 150 | 180 | 0,45 | 0,01 | 9,7 | 43,65 | 2,0 | *147* |
| Хлеб ржаной | 25 | 30 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  | **21,56** | **23,86** | **60,91** | **495,74** | **27,95** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,33 | 58,5 | - | 112 |
| Печенье «Курабье» | 40 | 45 | 2,4 | 1,4 | 24,0 | 168,0 | - | 133 |
| **ИТОГО:** |  |  | **2,4** | **1,4** | **38,33** | **226,5** | **-** |  |
| **Всего :** |  |  | **33,62** | **41,06** | **185,68** | **1276,92** | **31,45** |  |