**Меню на 02.04.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Омлет розовый | 90 | 100 | 5,13 | 6,97 | 6,41 | 110,86 | 0,8 | 50 |
| Хлеб ржаной | 15 | 20 | 1,54 | 0,26 | 7,52 | 40,2 | - | 123 |
| 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*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Напиток из лимонов | 50 | 50 | 0,45 | 0,01 | 9,7 | 43,65 | 2,0 | *147* |
| **ИТОГО:** |  |  | **9,49** | **12,99** | **58,32** | **388,59** | **2,8** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соленый огурец порционно | 20 | 25 | 0,18 | - | 0,34 | 2,1 | 1,0 | 92 |
| Уха | 180 | 200 | 7,71 | 9,65 | 16,79 | 170,12 | 11,75 | 18 |
| Бризоли из печени | 60 | 70 | 2,24 | 7,48 | 7,8 | 138,15 | 4,15 | 143 |
| Капуста тушеная с мясом кур | 100 | 120 | 11,57 | 10,72 | 7,93 | 178,36 | 52,3 | 23 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 180 | 0,2 | - | 21,8 | 89,85 | - | 104 |
| Хлеб ржаной | 25 | 30 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  | **24,98** | **28,41** | **69,70** | **658,98** | **69,20** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Булка | 20 | 25 | 2,01 | 0,21 | 15,09 | 72,0 | - | 125 |
| Кисель | 150 | 180 | 0,08 | - | 49,92 | 125,0 | - | 116 |
| **ИТОГО:** |  |  | **2,09** | **0,21** | **65,01** | **197,0** | **-** |  |
| **Всего:** |  |  | **36,56** | **41,61** | **193,03** | **1244,57** | **72,0** |  |