**Меню на 14.07.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | белки | жиры | углеводы | к/кал | Витамин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая на сгущенном молоке | 100 | 120 | 5,45 | 9,93 | 14,52 | 188,81 | - | 58 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,3 | 58,5 | - | 112 |
| Булка с маслом сливочным | 25/5 | 30/6 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Банан | 100 | 130 | 0,12 | - | 4,6 | 19,2 | 12,1 | *130* |
| **ИТОГО:** |  |  | **7,94** | **15,68** | **53,78** | **401,89** | **12,1** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соленый огурец порционно | 35 | 35 | 0,18 | - | 0,34 | 2,1 | 1,0 | 92 |
| Суп картофельный с куриными фрикадельками  | 180 | 200 | 7,12 | 6,95 | 9,6 | 127,13 | 11,75 | 11 |
|  Ленивые голубцы с мясом  кур  | 140 | 160 | 12,03 | 10,1 | 23,18 | 228,21 | 46,75 | 31 |
| 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:** |  |  | **23,06** | **17,62** | **70,11** | **532,34** | **61,5** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Венская булочка  | 50 | 55 | 5,47 | 8,91 | 38,55 | 260,95 | 0,3 | 78 |
| Снежок | 115 | 140 | 4,95 | - | 7,82 | 52,7 | - | 115 |
|  **ИТОГО:** |  |  | **10,42** | **8,91** | **46,37** | **313,65** | **0,3** |  |
|  **Всего :** |  |  | **41,42** | **42,21** | **170,26** | **1247,88** | **73,9** |  |