**Меню на 12.05.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Плов овощной | 100 | 120 | 3,22 | 4,27 | 32,7 | 177,73 | 4,15 | 53 |
| 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:** |  |  | **6,04** | **10,03** | **77,09** | **415,26** | **6,15** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соленый огурец порционно | 35 | 40 | 0,18 | - | 0,34 | 2,1 | 1,0 | 92 |
| Щи на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 5,86 | 5,84 | 15,48 | 112,89 | 33,65 | 14 |
| Жаркое по-домашнему с мясом кур | 140 | 160 | 11,35 | 10,65 | 21,76 | 225,28 | 24,15 | 26 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 180 | 0,65 | 0,01 | 21,95 | 94,5 | 2,0 | 102 |
| Хлеб ржаной | 30 | 35 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  | **21,12** | **17,06** | **74,57** | **515,17** | **60,8** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Венская булочка | 50 | 55 | 5,47 | 8,91 | 38,55 | 260,95 | 0,3 | 78 |
| Крем-брюле | 140 | 160 | 4,76 | 5,95 | 21,98 | 163,9 | 1,5 | 126 |
| **ИТОГО :** |  |  | **10,23** | **14,86** | **60,53** | **424,85** | **1,8** |  |
| **Всего :** |  |  | **37,39** | **41,95** | **212,19** | **1355,28** | **68,75** |  |