**Меню на 19.06.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша манная молочная | 140 | 160 | 7,16 | 10,06 | 31,79 | 252,3 | - | 61 |
| 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*** |  |  |  |  |  |  | - |  |
| Яблоко | 70 | 95 | 0,11 | - | 4,5 | 19,1 | 10,0 | *130* |
| **ИТОГО:** |  |  | **9,64** | **15,81** | **70,98** | **465,28** | **10,0** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Зеленый горошек порционно | 30 | 35 | 1,2 | 0,11 | 3,1 | 20,0 | 4,8 | 89 |
| Щи на курином бульоне с молоком | 180 | 200 | 5,86 | 5,84 | 15,48 | 112,89 | 33,65 | 14 |
| Котлета из куриных грудок | 70 | 80 | 13,37 | 10,31 | 5,67 | 160,43 | 1,0 | 22 |
| Макароны отварные с маслом сливочным | 100 | 120 | 2,87 | 4,24 | 21,2 | 152,1 | - | 44 |
| Соус | 15 | 20 | 0,48 | 2,4 | 4,7 | 39,27 | 2,4 | 117 |
| 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:** |  |  | **27,51** | **23,47** | **87,14** | **659,59** | **43,85** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Печенье «Золушка» | 45 | 55 | 2,4 | 1,4 | 24,0 | 168,0 | - | 133 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,33 | 58,5 | - | 112 |
| **ИТОГО:** |  |  | **2,4** | **1,4** | **38,33** | **226,5** | **-** |  |
| **Всего :** |  |  | **39,55** | **40,68** | **196,45** | **1351,37** | **53,85** |  |