**Меню на 23.06.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Макароны отварные с маслом сливочным, сахаром | 100 | 120 | 3,74 | 4,25 | 39,99 | 269,5 | - | 68 |
| 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:** |  |  | **6,56** | **10,01** | **84,38** | **507,03** | **2,0** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соленый огурец порционно | 20 | 25 | 0,18 | - | 0,34 | 2,1 | 1,0 | 92 |
| Суп с клецками на курином бульоне | 180 | 200 | 5,99 | 4,73 | 26,04 | 182,66 | 11,75 | 16 |
| Рулет из куриных грудок с яйцом | 70 | 80 | 12,5 | 11,36 | 5,68 | 177,98 | 1,0 | 29 |
| Капуста тушеная  | 120 | 140 | 0,79 | - | 4,94 | 51,5 | 21,75 | 23 |
| Компот из сухофруктов | 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:** |  |  | **23,19** | **6,66** | **73,99** | **589,14** | **37,5** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Пирожок с повидлом | 50 | 55 | 5,01 | 8,79 | 46,37 | 290,92 | 0,3 | 81 |
| Молоко | 120 | 140 | 4,76 | 5,95 | 7,65 |  105,4 | 1,5 | 114 |
| **ИТОГО:** |  |  | **9,77** | **14,74** | **54,02** | **396,32** | **1,8** |  |
| **Всего:** |  |  | **39,52** | **31,41** | **212,39** | **1492,49** | **41,3** |  |