**Меню на 25.06.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 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 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 180 | 1,88 | 1,29 | 17,38 | 99,86 | 1,5 | 107 |
| Булка с сыром | 25/8 | 30/9 | 3,55 | 2,08 | 17,75 | 105,36 | - | 121 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Напиток из сухофруктов | 50 | 50 | 0,65 | 0,01 | 21,95 | 94,5 | 2,0 | 102 |
| **ИТОГО:** |  |  | **12,75** | **10,61** | **71,01** | **450,78** | **4,3** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кабачковая икра порционно | 25 | 30 | 0,52 | 2,05 | 2,4 | 16,8 | 3,2 | 90 |
| Уха | 180 | 200 | 7,71 | 9,65 | 16,79 | 170,12 | 11,75 | 18 |
| Печень по-строгановски | 60 | 70 | 2,24 | 7,48 | 7,8 | 138,15 | 4,15 | 27 |
| Картофельное пюре | 100 | 120 | 4,5 | 6,12 | 35,69 | 228,41 | 20,5 | 42 |
| Компот из лимонов | 150 | 180 | 0,45 | 0,01 | 9,7 | 43,65 | 2,0 | *147* |
| Хлеб ржаной | 25 | 30 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  | **18,5** | **25,87** | **87,42** | **677,53** | **41,6** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Гренка с сахаром | 40 | 45 | 2,93 | 4,4 | 25,56 | 156,75 | 0,2 | 72 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,3 | 58,5 | - | 112 |
| **ИТОГО:** |  |  | **2,93** | **4,4** | **39,86** | **215,25** | **0,2** |  |
| **Всего :** |  |  | **34,18** | **40,88** | **198,29** | **1343,56** | **46,1** |  |