**Меню на 30.06.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Макароны отварные с маслом сливочным, сахаром | 90 | 100 | 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*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Компот из сухофруктов | 50 | 50 | 0,32 | - | 10,95 | 47,25 | - | 102 |
| **ИТОГО:** |  |  | **6,43** | **10,0** | **85,63** | **510,63** | **0** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови и яблок с растительным маслом | 30 | 40 | 0,79 | 3,0 | 4,94 | 51,5 | 15,9 | 91 |
| Рассольник на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 3,98 | 6,9 | 13,84 | 104,34 | 14,7 | 1 |
| Ежики с мясом кур в соусе | 120 | 140 | 13,1 | 9,45 | 37,11 | 302,47 | 1,4 | 25 |
| Напиток лимонный | 150 | 180 | 0,9 | 0,02 | 19,4 | 87,3 | 4,0 | *147* |
| Хлеб ржаной | 30 | 35 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  | **21,85** | **19,93** | **90,33** | **626,01** | **36,0** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Крендель | 50 | 60 | 4,97 | 6,72 | 53,94 | 331,15 | 0,3 | 80 |
| Молоко | 140 | 150 | 4,76 | 5,95 | 7,65 |  105,4 | 1,5 | 114 |
| **ИТОГО:** |  |  | **9,73** | **12,67** | **61,59** | **436,55** | **1,8** |  |
| **Всего:** |  |  | **38,01** | **42,6** | **237,55** | **1573,19** | **37,8** |  |