**Меню на 01.02.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Лапшевник с творогом  с киселевой подливой | 90/15 | 100/20 | 14,05 | 9,95 | 22,79 | 257,54 | - | 54 |
| Какао с молоком | 150 | 180 | 1,88 | 1,29 | 17,38 | 99,86 | 1,5 | 107 |
| Булка с маслом сливочным | 25/5 | 30/6 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 0,30 | - | 20,30 | 84,0 | 10,0 | *126* |
| **ИТОГО:** |  |  | **18,6** | **16,99** | **80,83** | **576,81** | **11,5** |  |
| ***Обед*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Зеленый горошек порционно | 40 | 50 | 1,2 | 0,11 | 3,1 | 20,0 | 4,8 | 89 |
| Суп гречневый на курином бульоне | 200 | 250 | 5,32 | 4,24 | 16,79 | 133,86 | 11,75 | 4 |
| Гуляш из мяса кур | 60 | 70 | 10,13 | 10,69 | 4,89 | 160,51 | 4,15 | 32 |
| Картофельное пюре | 100 | 110 | 4,5 | 6,12 | 35,69 | 228,41 | 20,5 | 42 |
| Компот «Ассорти» | 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:** |  |  | **24,88** | **21,73** | **97,46** | **717,68** | **43,2** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Оладьи | 60 | 70 | 4,02 | 9,78 | 27,26 | 216,35 | 0,3 | 74 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,33 | 58,5 | - | 112 |
| **ИТОГО:** |  |  | **4,02** | **9,78** | **41,59** | **274,85** | **0,3** |  |
| **Всего:** |  |  | **47,5** | **58,5** | **219,88** | **1569,34** | **55,0** |  |