**Меню на 05.02.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Объем порции | белки | жиры | Углево-ды | к/кал | Вита-мин С | № рецепту-ры |
| ясли | сад |
| ***Завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Плов овощной | 100 | 110 | 3,22 | 4,27 | 32,7 | 177,73 | 4,15 | 53 |
| Чай | 150 | 180 | - | - | 14,3 | 58,5 | - | 112 |
| Булка с маслом сливочным | 25/5 | 30/5 | 2,37 | 5,75 | 20,36 | 135,38 | - | 120 |
| ***2 завтрак*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Напиток из сухофруктов | 50 | 50 | 0,65 | 0,01 | 21,95 | 94,5 | 2,0 | 102 |
| **ИТОГО:** |  |  | **6,24** | **10,03** | **89,31** | **466,11** | **6,15** |  |
|  ***Обед***  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соленый огурец порционно | 40 | 40 | 0,18 | - | 0,34 | 2,1 | 1,0 | 92 |
|  Щи вегетарианские со сметаной  | 180 | 200 | 2,57 | 5,24 | 16,15 | 114,86 | 37,15 | 7 |
| 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 |
| Хлеб ржаной | 25 | 30 | 3,08 | 0,56 | 15,04 | 80,4 | - | 123 |
| **ИТОГО:** |  |  |  **12,57** | **19,4** | **75,02** | **563,92** | **62,8** |  |
| ***Полдник*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Крендель  | 45 | 50 | 5,47 | 8,91 | 38,55 | 260,95 | 0,3 | 78 |
| Крем-брюле | 150 | 160 | 4,76 | 5,95 | 21,98 | 163,9 | 1,5 | 126 |
| **ИТОГО:** |  |  | **10,23** | **14,86** | **60,53** | **424,85** | **1,8** |  |
| **Всего:** |  |  | **29,04** | **44,29** | **224,86** | **1454,88** |  **70,75** |  |