**МЕНЮ**

**на 03.05.2024 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| МЕНЮ  | **ЯСЛИ** | **САД**  |
| Масса порци и | Пищевые вещества  | Энергитическая ценность, Ккал | Масса порции | Пищевые вещества  | Энергитическая ценность, Ккал |
| Б | Ж | У | Б | Ж | У |
| **Завтрак**  |  |
| Каша овсяная из «Геркулеса» | **130** | 4,1 | 3,9 | 18,4 | 125,3 | **200** | 6,3 | 6,0 | 28,3 | 192,7 |
| Чай с лимоном  | **150** | 2.1 | 0,0 | 14.9 | 67,9 | **180** | 2,5 | 0,0 | 17,8 | 81,5 |
| Сыр порционный  | **15** | 3.6 | 4.5 | 0,1 | 55.7 | **15** | 3,6 | 4,5 | 0,1 | 55,7 |
| Хлеб пшеничный  | **20** | 1,6 | 0,2 | 10,2 | 49,0 | **25** | 2,0 | 0,3 | 10,2 | 49,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный  | **10** | 0,5 | 0,1 | 4,9 | 21,4 | **20** | 1,0 | 0,1 | 12.8 | 61,3 |
| **2 завтрак**  |  |
|  Яблоки свежие  | **95** | 4,2 | 3,3 | 6,1 | 70,9 | **100** | 5,0 | 4.0 | 7,3 | 85,1 |
|  |
| **Обед**  |  |
| Салат из квашеной капусты  | **40** | 0,6 | 3.6 | 1.3 | 44,6 | **60** | 0,9 | 5,4 | 2,0 | 66,9 |
| Суп картофельный с рыбой  | **180** | 6,8 | 3,2 | 9,5 | 94,9 | **200** | 7,6 | 3,6 | 10,6 | 105,4 |
| Печень по строгоновски | **60/40** | 15,4 | 14.2 | 4,9 | 208,5 | **80/50** | 16,7 | 15,4 | 5,4 | 227,4 |
| Картофельное пюре  | **120** | 1,6 | 4,0 | 16,8 | 109,76 | **150** | 2,0 | 5,0 | 21,0 | 137,2 |
| Компот из свежих плодов  | **150** | 0,4 | 0,2 | 10,5 | 45,5 | **180** | 0,4 | 0,3 | 12,6 | 54,6 |
| Хлеб пшеничный  | **20** | 1,6 | 0,2 | 10,2 | 49,0 | **36** | 2,4 | 0,3 | 15,3 | 73,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный  | **20** | 1,0 | 0,1 | 9,8 | 42,8 | **19,3** | 1,0 | 0,1 | 9,8 | 42,8 |
|  |
| **Полдник**  |  |
| Пирожки из сдобного теста | **60** | 3,2 | 3,9 | 33,5 | 181,8 | **60** | 3,2 | 3,9 | 33,5 | 181,8 |
| Кефир  | **150** | 4,2 | 3,3 | 6,1 | 70,9 | **180** | 5,0 | 4,0 | 7,3 | 85,1 |
|  |
|  | **1160** | **46,2** | **41,5** | **168,0** | **1231,3** | **1420,0** | **54,0** | **49,0** | **204,0** | **1479,6** |
|  | 85,94 | 103,16 |