**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 | | | | | | | | |