**МЕНЮ**

**на 06.05.2024**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 манная молочная | **130** | 4,1 | 2.9 | 20,5 | 124,6 | **200** | 6,3 | 4.5 | 31.6 | 191.7 |
| Кофейный напиток | **150** | 2.1 | 0,0 | 14.9 | 67,9 | **180** | 2,5 | 0,0 | 17,8 | 81,5 |
| Печенье  | **25** | 1,3 | 2.6 | 13,8 | 85,0 | **-** | - | - | - | - |
| Пряники  | **-** | - | - | - | - | **45** | 2.2 | 2.2 | 30,8 | 155,7 |
| 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**  |  |
| Яблоко  | **95** | 0,4 | 0,4 | 9,9 | 42,8 | **100** | 0,4 | 0,4 | 10,4 | 45 |
|  |
| **Обед**  |  |
| Икра из моркови  | **40** | 0,7 | 3,0 | 2,8 | 41,3 | **60** | 1,1 | 4,5 | 4,2 | 62,0 |
| Щи из св.капусты с картофелем  | **180** | 1,5 | 4,2 | 5,2 | 63,5 | **200** | 1,7 | 4,6 | 5,8 | 70,6 |
| Биточки рыбные  | **60** | 8,3 | 3,1 | 12,0 | 109,1 | **80** | 11,1 | 4,1 | 16,0 | 145,4 |
| Рагу из овощей  | **120** | 1,8 | 6,4 | 15,5 | 127,2 | **150** | 2,3 | 8,0 | 19,4 | 159,0 |
| 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 | **30** | 2,4 | 0,3 | 15,3 | 73,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный  | **20** | 1,0 | 0,1 | 9,8 | 42,8 | **20** | 1,0 | 0,1 | 9,8 | 42,8 |
|  |
| **Полдник**  |  |
| Оладьи  | **90** | 6,6 | 10,2 | 48,8 | 313,7 | **120** | 8,8 | 13,6 | 65,1 | 418,2 |
| Молоко сгущенное  | **18,09** | 1,4 | 1,7 | 11,1 | 64,0 | **18,09** | 1,8 | 2,1 | 13,9 | 80,0 |
| Ряженка  | **150** | 4,2 | 3,3 | 6,1 | 70,9 | **180** | 5,0 | 4.0 | 7,3 | 85,1 |
|  | **1280** | **37,9** | **39,3** | **209,7** | **1338,9** | **1420,0** | **54,0** | **49,0** | **204,0** | **1479,6** |
|  | 85,94 | 103,16 |