**Меню** **на 16.05.2025** Заведующий О.В. Новоселова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **ясли** | | | | | | **сад** | | | | | |
|  | выход  блюда | калор | белки | жиры | углев | вит С | выход  блюда | калор | белки | жиры | углев | вит С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша молочная манная | 150 | 172,6 | 5,04 | 6,4 | 23,72 | 1,54 | 200 | 235,44 | 7,38 | 8,5 | 32,35 | 2,37 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 100,65 | 4,33 | 4,2 | 11,38 | 0,67 | 200 | 101,18 | 4,27 | 4,13 | 11,73 | 0,66 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 89,07 | 2,89 | 0,3 | 18,7 |  | 50 | 89,07 | 2,89 | 0,3 | 18,7 |  |
| **10 часов** – апельсин | 200 | 72 | 1,8 |  | 16,2 | 120 | 200 | 72 | 1,8 |  | 16,2 | 120 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Огурец консервиров. | 40 | 4 | 0,32 |  | 0,68 | 2 | 60 | 6,25 | 0,5 |  | 1,06 | 3,12 |
| Суп картофельный с яичными хлопьями | 150 | 86 | 3,76 | 3,76 | 9,31 | 11 | 200 | 115,04 | 5,02 | 5,03 | 12,41 | 14,66 |
| Жаркое по-домашнему | 40/130 | 117,28 | 2,52 | 3,64 | 18,62 | 23,45 | 50/160 | 142,98 | 3,1 | 4,3 | 22,96 | 28,93 |
| Компот из изюма | 150 | 60,82 | 0,35 |  | 14,86 |  | 200 | 80,95 | 0,45 |  | 19,79 |  |
| Хлеб ржаной | 45 | 87,66 | 2,75 | 0,54 | 17,96 |  | 45 | 87,66 | 2,75 | 0,54 | 17,96 |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Печенье | 40 | 156,89 | 2,7 | 4,25 | 26,96 |  | 40 | 156,89 | 2,7 | 4,25 | 26,96 |  |
| Сок | 210 | 90,93 | 1,05 | 0,21 | 21,21 | 4,2 | 210 | 90,93 | 1,05 | 0,21 | 21,21 | 4,2 |
| **Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Запеканка овощная | 200 | 108,79 | 3,7 | 5,45 | 11,25 | 79,36 | 230 | 131,96 | 4,44 | 6,63 | 13,64 | 95,16 |
| Чай полусладкий | 150 | 20,02 |  |  | 5,01 |  | 200 | 26,83 |  |  | 6,71 |  |
| Хлеб пшеничный | 50 | 89,07 | 2,89 | 0,3 | 18,7 |  | 50 | 89,07 | 2,89 | 0,3 | 18,7 |  |
| **Энергетическая и пищевая ценность за день** |  | **1256** | **34** | **29** | **215** | **242** |  | **1426** | **39** | **34** | **240** | **269** |