**Меню** **на 30.05.2025** 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 пшенная | 150 | 143,13 | 4,39 | 5,84 | 18,27 | 1,17 | 200 | 212,19 | 6,67 | 7,27 | 30,02 | 1,43 |
| Кофейный напиток на цельном молоке | 150 | 130,4 | 4,89 | 5,15 | 16,12 | 2,09 | 200 | 167,97 | 6,51 | 6,88 | 20,01 | 2,8 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,76 | 3,04 | 0,32 | 19,68 |  | 40 | 93,76 | 3,04 | 0,32 | 19,68 |  |
| Масло сливочное | 10 | 56,55 | 0,13 | 6,15 | 0,17 |  | 10 | 56,55 | 0,13 | 6,15 | 0,17 |  |
| **10 часов** – яблоки | 200 | 79,97 | 0,78 |  | 19,21 | 19,6 | 200 | 79,97 | 0,78 |  | 19,21 | 19,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с яичными хлопьями | 150 | 86 | 3,76 | 3,76 | 9,31 | 11 | 200 | 133,29 | 6,16 | 5,84 | 14,01 | 16,37 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 242,05 | 3,64 | 13,64 | 26,21 | 31,39 | 200 | 360,3 | 4,58 | 23,59 | 32,39 | 38,64 |
| Кисель из концентрата | 150 | 25,63 | 0,08 | 0,05 | 6,21 | 1,24 | 200 | 35,48 | 0,11 | 0,07 | 8,61 | 1,65 |
| Хлеб ржаной | 60 | 122,72 | 3,84 | 0,76 | 25,14 |  | 60 | 122,72 | 3,84 | 0,76 | 25,14 |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Печенье | 50 | 110,8 | 2,75 | 2,36 | 19,62 | 0,16 | 50 | 110,8 | 2,75 | 2,36 | 19,62 | 0,16 |
| Сок | 200 | 103,92 | 1,2 | 0,24 | 24,24 | 4,8 | 200 | 103,92 | 1,2 | 0,24 | 24,24 | 4,8 |
| **Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Творожно-яичный омлет | 200 | 207,56 | 17,57 | 13,08 | 4,87 | 1,1 | 220 | 285,92 | 22,75 | 18,13 | 7,94 | 1,89 |
| Чай полусладкий | 150 | 20,02 |  |  | 5,01 |  | 200 | 26,82 |  |  | 6,71 |  |
| Хлеб пшеничный | 60 | 140,64 | 4,56 | 0,48 | 29,52 |  | 60 | 140,64 | 4,56 | 0,48 | 29,52 |  |
| **Энергетическая и пищевая ценность за день** |  | **1500** | **50** | **52** | **208** | **57** |  | **1888** | **63** | **72** | **246** | **75** |