

**МЕНЮ**  
**22.01.2025г.**

№ технологической карты	Наименование блюда	1-3х лет						3-8 ми лет					
		Выход ясл./сад	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
	<b>Завтрак:</b>												
№ 108	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая.	150	15,2	12,8	31,7	293,6	0	200	24,01	17,09	53,32	427,02	0
№ 39	Какао с молоком сгущенным	180	3,952	3,258	6,03	66,996	0,511	200	4,28	3,62	6,7	94,2	0,456
№ 40	Бутерброд с маслом	35	2,199	4,01	19,793	119	0	45	2,328	5,99	23,4395	134	0
		<b>365</b>	<b>21,351</b>	<b>20,068</b>	<b>57,523</b>	<b>479,596</b>	<b>0,511</b>	<b>445</b>	<b>30,618</b>	<b>26,7</b>	<b>83,4595</b>	<b>655,22</b>	<b>0,456</b>
						<b>20%</b>						<b>20%</b>	
	<b>Второй завтрак</b>												
	Сок	150				66	3	200				88	4
		<b>150</b>				<b>66</b>	<b>3</b>	<b>200</b>				<b>88</b>	<b>4</b>
						<b>5%</b>						<b>5%</b>	
	<b>Обед</b>												
№ 41	Салат "Витаминный"	30	0,27	1,232	1,538	25,02	31,01	40	0,405	1,548	2,3	27,45	33,301
№ 179	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) №149	150	1,605	1,5	11,295	67,295	6,96	200	2,14	2	10,06	89,05	7,628
	Азу	160	7,318	4,056	29,6	133,002	0,123	200	6,454	6,231	9,482	177,109	0,508
№ 46	Кисель из повидла, джема, варенья	150	0,06	0	16,695	90,05	0,06	180	0,08	0	22,26	68,4	0,08
№ 47	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	0,36	54,3	0	50	2,68	0,4	0,48	72,4	0
		<b>530</b>	<b>11,233</b>	<b>7,148</b>	<b>59,488</b>	<b>369,667</b>	<b>38,153</b>	<b>670</b>	<b>11,759</b>	<b>10,179</b>	<b>44,582</b>	<b>434,409</b>	<b>41,517</b>
						<b>35%</b>						<b>35%</b>	
	<b>Полдник:</b>												
№ 48	Молоко кипяченое	170	2,575	3,08	13,014	85,01	2,005	200	3,1	4,44	21,1	139,34	2,9
т/к № 140/01	Булочка "Дорожная"	50	2,725	5,204	19,04	140,04	0,11	60	3,201	5,64	29,01	140,77	0,37
		<b>220</b>	<b>5,3</b>	<b>8,284</b>	<b>32,054</b>	<b>225,05</b>	<b>2,115</b>	<b>260</b>	<b>6,301</b>	<b>10,08</b>	<b>50,11</b>	<b>280,11</b>	<b>3,27</b>
						<b>15%</b>						<b>15%</b>	
	<b>Ужин</b>												
т/к 127	Вареники ленивые.	120	1,89	9,78	30,001	203,485	1,105	150	2,08	11,36	52,18	276,98	1,62
№ 51	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом	200	0,06	0,09	11,2	45,56	3,14	200	0,06	0,09	11,2	45,56	3,14
№ 128	Соус сметано - масляный.	50	1,08	1,6	0,18	13	0	50	1,08	1,6	0,18	13	0
№ 52	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,032	12,51	64,02	0	50	2,3	0,259	19,4	95,03	0
		<b>400</b>	<b>4,19</b>	<b>11,502</b>	<b>53,891</b>	<b>326,065</b>	<b>4,245</b>	<b>450</b>	<b>5,52</b>	<b>13,309</b>	<b>82,96</b>	<b>430,57</b>	<b>4,76</b>
						<b>25%</b>						<b>25%</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>1665</b>	<b>42</b>	<b>47</b>	<b>203</b>	<b>1400</b>	<b>45</b>	<b>1825</b>	<b>54</b>	<b>60</b>	<b>261</b>	<b>1800</b>	<b>50</b>