**МЕНЮ**

**(дошкольные группы)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **День 8. Среда – 11.06.2025** | | | | | | | |
| **Прием пищи** | **наименование блюда** | **вес блюда, гр** | **пищевые вещества** | | | **энергетическая ценность, ккал** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Каша манная молочная | 180 | 8,12 | 9,39 | 35,99 | 261,42 | 199 |
|  | Какао с молоком | 180 | 3,78 | 3,89 | 15,01 | 111,48 | 416 |
|  | Бутерброд с сыром | 30 | 4,64 | 6,82 | 14,82 | 139,95 | 3 |
| **2 завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок яблочный | 180 | 0,9 | 0,18 | 18,18 | 82,8 | 418 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Огурец свежий | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,25 | 7,0 | 112 |
|  | Свекольник | 180 | 2,19 | 4,43 | 12,11 | 96,49 | 136 |
|  | Макароны отварные с маслом | 110 | 4,42 | 3,5 | 27,34 | 147,26 | 335 |
|  | Котлеты рыбные запеченные | 80 | 10,65 | 2,85 | 7,55 | 97,17 | 271 |
|  | Компот из кураги | 180 | 0,94 | 0,05 | 19,06 | 81,26 | 394 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69.6 | 115 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Кисель | 180 | 0 | 0 | 18 | 60 | 233 |
|  | Вафли | 50 | 1,4 | 1,65 | 38,65 | 175 | 607 |
| **Итого в день** |  |  | **36,05** | **29,96** | **217,82** | **1270,18** |  |