**МЕНЮ**

**(дошкольные группы)**

|  |
| --- |
| **День 6. Понедельник – 9 июня 2025** |
| **Прием пищи** | **наименование блюда** | **вес блюда, гр** | **пищевые вещества** | **энергетическая ценность, ккал** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Каша пшенная жидкая с сахаром и маслом | 180 | 4,54 | 6,06 | 32,49 | 202,17 | 199 |
|  | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,01 | 8,39 | 33,85 | 411 |
|  | Бутерброд с сыром | 30 | 4,64 | 6,82 | 14,82 | 139,95 | 3 |
| **2 завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Кисель | 150 | 0 | 0 | 13,5 | 46,5 | 233 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из помидоров и огурцов | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,21 | 45,46 | 15 |
|  | Суп картофельный с рисом на курином бульоне | 180 | 3,96 | 4,7 | 20,84 | 129,74 | 155 |
|  | Рыба тушеная | 80 | 10,65 | 2,85 | 7,55 | 97,17 | 271 |
|  | Макароны отварные с маслом | 110 | 4,42 | 3,5 | 27,34 | 147,26 | 335 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69.6 | 115 |
|  | Компот из изюма | 180 | 0,41 | 0,09 | 21,72 | 90,08 | 394 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Какао с молоком | 180 | 3,78 | 3,89 | 15,01 | 111,48 | 416 |
|  | Печенье | 50 | 3,75 | 4,9 | 37,2 | 208,5 |  |
| **Итого в день** |  |  | **38,19** | **42,77** | **209,23** | **1349,27** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |