**Меню на 04.04.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | **Энергетичес****кая ценность (ккал)** | **Вита****мин С** | **№****рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша ячневая молочная с маслом, сахаром** | **180****200** | **12,42** | **15,46** | **54,62** | **402** | **3,9** | **56** |
| **Чай сладкий с лимоном, сахаром** | **180/5****200/5** | **0** | **0** | **24,56** | **88,15** | **8,32** | **116** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **20/4** | **0,81** | **1,53** | **5,12** | **162** | **0** | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Апельсин** | **70** |  **0,3** | **1,2** | **11,25** | **57** | **57** | **131** |
| **Итого за завтрак** | **13,53** | **18,19** | **95,55** | **709,15** | **69,22** |  |
| **Обед** | **Суп полевой со смет. на мк/б** | **180/3****200/3** | **8,22** | **12,04** | **12,57** | **211,12** | **7,4** | **4** |
|  **Котлета рыбная** | **50****70** | **4,68** | **16,98** | **16,98** | **168,4** | **0,25** | **46** |
| **Вермишель отварная со слив. маслом** | **90****100** | **5,34** | **6,96** | **31,45** | **203** | **5,95** | **44** |
| **Компот из сухофруктов** | **180****200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | **107** |
|  | **Хлеб ржаной** | **35****40** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | **103** |
| **Итого за обед** | **20,26** | **36,17** | **113,96** | **790,36** | **14,4** |  |
| **Полдник** | **Кисель фруктовый** | **180****200** | **2,6** | **2,6** | **28** | **184** | **1,3** | **113** |
| **Хлеб пшеничный** | **25** | **0,64** | **0,25** | **4,42** | **21,97** | **0** | **104** |
| **Итого за полдник** | **3,24** | **2,85** | **32,42** | **205,97** | **1,3** |  |
| **Итого за день** | **37,03** | **57,21** | **241,93** | **1705,48** | **84,92** |  |