**Меню на 05.05.2025 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 молочная боярская с маслом, сах.** | **180**  **200** | **12,42** | **15,46** | **54,62** | **402** | **3,9** | | **56** |
| **Чай сладкий с сахаром** | **180**  **200** | **0** | **0** | **24,56** | **88,15** | **8,32** | | **116** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **20/4** | **0,8** | **1,53** | **5,12** | **37,8** | **0** | | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Сок фруктовый** | **140** | **1,0** | **0,2** | **20,2** | **92** | **4,0** | | **106** |
| **Итого за завтрак** | | | **14,22** | **17,19** | **104,5** | **619,95** | **16,22** | |  |
| **Обед** | **Свекла отварная с раст. маслом** | **50** | **0,57** | **2,44** | **3,34** | **37,56** | **3,72** | | **67** |
| **Суп лизон на мк/б** | **180**  **200** | **9,84** | **17,18** | **50,23** | **216,79** | **19,68** | | **21/2** |
| **Котлета из мяса курицы** | **60**  **70** | **3,53** | **2,53** | **6,41** | **262,61** | **0,57** | | **22/1** |
| **Гречка отварная с слив. маслом** | **90**  **100** | **8,55** | **7,23** | **41,18** | **303** | **0** | | **39** |
| **Компот из сухофруктов** | **180**  **200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | | **107** |
| **Хлеб ржаной** | **30**  **35** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | | **103** |
| **Итого за обед** | | | **24,51** | **29,57** | **154,12** | **1027,8** | **24,77** | |  |
| **Полдник** | **Кофейный напиток с молоком** | **180**  **200** | **2,6** | **2,6** | **28** | **184** | **1,3** | | **103** |
| **Пирожок с повидлом** | **60** | **3,24** | **1,32** | **0,54** | **159** | **0,12** | | **88/1** |
| **Итого за полдник** | | | **5,84** | **3,92** | **28,54** | **343** | **1,42** | |  |
| **Итого за день** | | | **44,57** | **50,68** | **287,16** | **1990,75** | **42,41** | |  |