**Меню на 07.04.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетичес**  **кая ценность (ккал)** | **Вита**  **мин С** | **№**  **рецептуры** | |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  | |  |
| **Завтрак** | **Макароны отварные со сл. маслом** | **100** | **5,34** | **6,966** | **31,45** | **303** | **5,95** | | **44** |
| **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**  **25/4** | **0,8** | **1,53** | **5,12** | **37,8** | **0** | | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Яблоко** | **70**  **75** | **0,4** | **0,4** | **19,8** | **44** | **10** | | **128** |
| **Итого за завтрак** | | | **6,54** | **8,896** | **80,93** | **472,95** | **24,27** | |  |
| **Обед** | **Салат из свеклы, моркови, с раст. маслом** | **30** | **0,46** | **3,64** | **2,47** | **46,61** | **2,14** | | **79** |
| **Суп лизон со смет. на мк/б** | **180/2**  **200/2** | **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 витаминный** | **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** | | | **24,4** | **30,77** | **153,25** | **1036,85** | **23,19** | |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **180**  **200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | | **114** |
| **Хлеб пшеничный** | **19**  **20** | **0,64** | **0,25** | **4,42** | **21,97** | **0** | | **104** |
| **Итого за полдник** | | | **0,64** | **0,25** | **28,38** | **107,97** | **0** | |  |
| **Итого за день** | | | **31,58** | **39,916** | **262,56** | **1617,77** | **47,46** | |  |