**Меню на 08.04.2024 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетичес**  **кая ценность (ккал)** | **Вита**  **мин С** | **№**  **рецептуры** | |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  | |  |
| **Завтрак** | **Творожное суфле со сгущ. молоком** | **90/10**  **100/10** | **22,65** | **29,96** | **48,30** | **569,7** | **0,44** | | **84** |
| **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** | **0,8** | **1,53** | **5,12** | **37,8** | **0** | | **88** |
| **2-ой Завтрак** | **Яблоко** | **85** | **0,4** | **0,4** | **19,8** | **44** | **10** | | **128** |
| **Итого за завтрак** | | | **23,85** | **31,89** | **97,78** | **739,65** | **18,76** | |  |
| **Обед** | **Салат из кукурузы, лука с раст. маслом** | **15** | **0,13** | **1,27** | **0,87** | **16,75** | **0,8** | | **73** |
| **Свекольник со смет. на мк/б** | **180/2**  **200/2** | **8,57** | **13,19** | **27,95** | **294,35** | **20,2** | | **7** |
| **Бефстроганов из мяса курицы** | **60**  **70** | **4,2** | **5,32** | **1,73** | **215,36** | **0,56** | | **27** |
| **Рис отварной с маслом** | **90**  **100** | **4,63** | **8,4** | **30,72** | **254,4** | **7,14** | | **36** |
| **Компот из сухофруктов** | **180**  **200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | | **107** |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | | **103** |
| **Итого за обед** | | | **19,55** | **28,37** | **114,23** | **988,7** | **29,5** | |  |
| **Полдник** | **Какао с молоком** | **180**  **200** | **2,6** | **2,6** | **28** | **184** | **2,34** | | **117** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | | **104** |
| **Итого за полдник** | | | **3,29** | **2,87** | **32,74** | **207,54** | **2,34** | |  |
| **Итого за день** | | | **46,69** | **63,13** | **244,75** | **1935,89** | **50,6** | |  |