**Меню на 08.07.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетичес**  **кая ценность (ккал)** | **Вита**  **мин С** | **№**  **рецептуры** | |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  | |  |
| **Завтрак** | **Вермишель молочная с сахаром** | **180**  **200** | **11,7** | **11,62** | **39,98** | **310** | **2** | | **21** |
| **Чай сладкий с лимоном, сахаром** | **180/4**  **200/4** | **0** | **0** | **24,56** | **88,15** | **8,32** | | **116** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **30/5** | **0,81** | **1,53** | **5,12** | **162** | **0** | | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Банан** | **70**  **80** | **0,4** | **0,4** | **19,8** | **44** | **10** | | **128** |
| **Итого за завтрак** | | | **12,91** | **13,55** | **89,46** | **604,15** | **20,32** | |  |
| **Обед** | **Суп гречневый на мк/б** | **180**  **200** | **6,24** | **5,56** | **12,72** | **336** | **6,5** | | **19** |
| **Солянка с мясом курицы** | **120**  **130** | **14** | **11,48** | **4,32** | **392** | **29,4** | | **33** |
| **Компот из сухофруктов** | **180**  **200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | | **107** |
|  | **Хлеб ржаной** | **35**  **40** | **1,19** | **0,22** | **6,03** | **31,32** | **0** | | **103** |
| **Итого за обед** | | | **22,39** | **17,26** | **70,67** | **939,32** | **36,7** | |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **180**  **200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0,6** | | **114** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **30**  **40** | **0,64** | **0,25** | **4,42** | **21,97** | **0** | | **104** |
| **Итого за полдник** | | | **0,64** | **0,25** | **28,38** | **107,97** | **0,6** | |  |
| **Итого за день** | | | **35,94** | **31,06** | **188,51** | **1651,44** | **57,62** | |  |