**Меню на 09.06.2025 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 рисовая молочная** | **180**  **200** | **12,64** | **20,36** | **52,48** | **446,32** | **2,92** | | **52** |
| **Чай сладкий с лимоном** | **180**  **200** | **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** |
| **второй завтрак** | **Яблоко** | **100** | **0** | **0** | **4,65** | **40** | **0** | | **25** |
| **Итого за завтрак** | | | **13,85** | **22,29** | **101,96** | **740,47** | **21,24** | |  |
| **Обед** | **Свежий помидор порционно** | **25** | **0,95** | **1,76** | **5,47** | **42,25** | **0,27** | | **76** |
| **Борщ со сметаной на мк/б** | **180/3**  **200/3** | **8,22** | **12,04** | **12,57** | **311,12** | **7,4** | | **4** |
| **Картофель тушеный с мясом курицы** | **120** | **4,23** | **7,92** | **14,2** | **253,3** | **25,62** | | **41** |
|  | **Компот из сухофруктов** | **180**  **200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | | **107** |
|  | **Хлеб ржаной** | **30**  **40** | **1,11** | **0,2** | **5,63** | **29,23** | **0** | | **103** |
| **Итого за обед** | | | **19** | **24,45** | **91,88** | **978,51** | **34,66** | |  |
| **Полдник** | **Кисель фруктовый** | **180**  **200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | | **114** |
| **Хлеб пшеничный** | **30** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | | **104** |
| **Итого за полдник** | | | **1,73** | **0,38** | **37,74** | **211,84** | **1,2** | |  |
| **Итого за день** | | | **34,58** | **47,12** | **231,58** | **1930,82** | **57,1** | |  |