**Меню на 12.05.2025 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 рисовая молочная** | **180**  **200** | **12,64** | **20,36** | **52,48** | **446,32** | **2,92** | | **52** |
| **Чай сладкий с сахаром** | **180**  **200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | | **114** |
| **Хлеб пшеничный со слив. маслом** | **20/4** | **0,71** | **1,35** | **4,53** | **33,48** | **0** | | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Апельсин** | **80** | **0,2** | **0,8** | **7,5** | **38** | **38** | | **131** |
| **Итого за завтрак** | | | **13,55** | **22,51** | **88,47** | **603,8** | **40,92** | |  |
| **Обед** | **Суп кудрявый на мк/б** | **180**  **200** | **10,22** | **13,28** | **39,24** | **317,2** | **33,06** | | **16** |
| **Рыба тушеная с овощами** | **60**  **70** | **5,36** | **2,78** | **24,25** | **156,7** | **2,22** | | **46** |
| **Макароны отварные со слив. маслом** | **90**  **100** | **5,34** | **6,96** | **31,45** | **203** | **5,95** | | **44** |
| **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** | | | **22,94** | **23,21** | **147,9** | **884,74** | **42,03** | |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **180**  **200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | | **114** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | | **90/2** |
| **Итого за полдник** | | | **0,69** | **0,27** | **28,7** | **109,54** | **0** | |  |
| **Итого за день** | | | **37,18** | **45,99** | **265,07** | **1698,08** | **82,95** | |  |