**Меню на 15.04.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | **Энергетичес****кая ценность (ккал)** | **Вита****мин С** | **№****рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Творожная запеканка с киселем** | **90/10****100/10** | **27,44** | **23,38** | **60,34** | **665,42** | **0,76** | **85** |
| **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** | **0,81** | **1,53** | **5,12** | **162** | **0** | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Банан** | **80****86** | **0,4** | **0,4** | **19,8** | **44** | **10** | **128** |
| **Итого за завтрак** | **28,65** | **25,31** | **109,82** | **959,57** | **19,08** |  |
| **Обед** | **Борщ красный со сметаной на мк/б** | **180/2****200/3** | **7,14** | **12,14** | **17,82** | **288,51** | **1,5** | **11** |
| **Салат из зеленого горошка, кукурузы, лука с раст. маслом** | **30** | **0,03** | **0,35** | **0,08** | **3,55** | **0,64** | **73** |
| **Котлета из мяса курицы** | **60****70** | **15,55** | **6,72** | **5,29** | **142,8** | **0,57** | **22** |
| **Гречка отварная с слив. маслом** | **90****100** | **8,55** | **7,23** | **41,18** | **303** | **0** | **39** |
| **Компот из сухофруктов** | **180****200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | **107** |
| **Хлеб ржаной** | **35****47** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | **103** |
| **Итого за обед** | **33,29** | **26,63** | **117,33** | **945,7** | **3,51** |  |
| **Полдник** | **Кофейный напиток с молоком** | **200****180** | **2,6** | **2,6** | **28** | **184** | **1,3** | **103** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **20****24** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | **104** |
| **Итого за полдник** | **3,29** | **2,87** | **32,74** | **207,54** | **1,3** |  |
| **Итого за день** | **65,23** | **54,81** | **259,89** | **2112,81** | **23,89** |  |