**Меню на 15.05.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | **Энергетичес****кая ценность (ккал)** | **Вита****мин С** | **№****рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Омлет натуральный** | **90****100** | **7,02** | **14,52** | **3,48** | **372,31** | **1,2** | **63** |
| **Чай сладкий с сахаром** | **180****200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | **114** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **20/4** | **0,8** | **1,53** | **5,12** | **37,8** | **0** | **100** |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **0,4** | **0,07** | **2,01** | **10,44** | **0** | **103** |
| **2-ой Завтрак** | **Апельсин** | **70****80** |  **0,3** | **1,2** | **11,25** | **57** | **57** | **131** |
| **Итого за завтрак** | **8,52** | **17,32** | **45,82** | **563,55** | **58,2** |  |
| **Обед** | **Свежий огурец порционно** | **25** | **0,09** | **0** | **0,27** | **1,47** | **1,05** | **75** |
| **Суп фасолевый на мк/б** | **180****200** | **4,16** | **1,84** | **10,4** | **280,78** | **18,78** | **6** |
| **Плов рисовый с мясом курицы** | **130****140** | **4,63** | **8,4** | **30,72** | **354,4** | **7,12** | **38/1** |
| **Компот ассорти** | **180****200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | **107** |
| **Хлеб ржаной** | **30****42** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | **103** |
| **Итого за обед** | **10,9** | **10,43** | **94,35** | **844,49** | **27,75** |  |
| **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** | **22,71** | **30,62** | **172,91** | **1615,58** | **88,29** |  |