**Меню на 16.05.2025 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 Ассорти с маслом и сахаром** | **180**  **200** | **12,42** | **14,82** | **50,18** | **384** | **3,9** | | **51** |
| **Чай сладкий с лимоном, сахаром** | **180/5**  **200/4** | **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** | **Сок фруктовый** | **150** | **1,0** | **0,2** | **20,2** | **92** | **4,0** | | **106** |
| **Итого за завтрак** | | | **14,23** | **16,55** | **100,06** | **726,15** | **16,22** | |  | **110,16** | **772,15** |
| **Обед** | **Суп гороховый на мк/б** | **180**  **200** | **4,16** | **1,84** | **10,4** | **240,78** | **18,76** | | **6** |
| **Бефстроганов из мяса курицы** | **60**  **70** | **4,2** | **5,32** | **1,73** | **115,36** | **0,56** | | **27** |
| **Вермишель отварная со слив. маслом** | **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** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | | **103** |
| **Итого за обед** | | | **15,72** | **14,31** | **96,54** | **766,98** | **26,07** | |  |
| **Полдник** | **Молоко кипяченое** | **150** | **6,96** | **6** | **11,52** | **129,6** | **3,12** | | **119** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | | **104** |
| **Итого за полдник** | | | **7,65** | **6,27** | **16,26** | **153,14** | **3,12** | |  |
| **Итого за день** | | | **37,6** | **37,13** | **212,86** | **1646,27** | **45,41** | |  |