**Меню на 22.04.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | **Энергетичес****кая ценность (ккал)** | **Вита****мин С** | **№****рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Творожно-манный пудинг со сгущ. молоком** | **120/10** | **23,52** | **20,64** | **51,72** | **570,36** | **0,65** | **83** |
| **Чай сладкий с сахаром, лимоном** | **180/7****200/7** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | **114** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **19/4** | **0,8** | **1,53** | **5,12** | **37,8** | **0** | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Банан** | **110** | **0,4** | **0,4** | **19,8** | **44** | **10** | **128** |
| **Итого за завтрак** | **24,72** | **22,57** | **100,6** | **738,16** | **10,65** |  |
| **Обед** | **Салат из свеклы, моркови, с раст. маслом** | **70** | **0,46** | **3,64** | **2,47** | **46,61** | **2,14** | **79** |
| **Суп с фрикадельками на мк/б** | **180****200** | **13** | **10,6** | **29,04** | **382** | **21,04** | **4/1** |
| **Крокета из мяса курицы** | **60****70** | **15,55** | **6,72** | **5,29** | **142,8** | **0,57** | **22** |
| **Гречка отварная с слив. маслом** | **100** | **8,55** | **7,23** | **41,18** | **303** | **0** | **39** |
| **Кисель фруктовый** | **180****200** | **2,6** | **2,6** | **28** | **184** | **1,3** | **113** |
| **Хлеб ржаной** | **37** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | **103** |
| **Итого за обед** | **41,22** | **30,98** | **111,34** | **1086,25** | **25,05** |  |
| **Полдник** | **Кофейный напиток с молоком** | **180****200** | **2,6** | **2,6** | **28** | **184** | **1,3** | **103** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **19** | **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** | **69,23** | **56,42** | **244,68** | **2031,95** | **37** |  |