**Меню на 23.04.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | **Энергетичес****кая ценность (ккал)** | **Вита****мин С** | **№****рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша молочная геркулесовая с масл., сах.** | **180****200** | **9,08** | **9,68** | **30,38** | **245,16** | **7,04** | **59** |
| **Кофейный напиток с молоком** | **180****200** | **2,6** | **2,6** | **28** | **184** | **1,3** | **118** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** |  **24/4** | **0,81** | **1,53** | **5,12** | **162** | **0** | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Апельсин** | **50** |  **0,3** | **1,2** | **11,25** | **57** | **57** | **131** |
| **Итого за завтрак** | **12,79** | **15,01** | **74,75** | **648,16** | **65,34** |  |
| **Обед** | **Суп харчо на мк/б** | **180****200** | **12,42** | **15,47** | **53,25** | **382,1** | **22,5** | **17** |
| **Тефтеля из мяса курицы** | **50****70** | **3,53** | **2,53** | **6,41** | **182,61** | **0,57** | **22/1** |
| **Макароны отварные со сл. маслом** | **100** | **5,34** | **6,966** | **31,45** | **203** | **5,95** | **44** |
| **Компот из сухофруктов** | **180****200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | **107** |
| **Хлеб ржаной** | **37** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** |  **103** |
| **Итого за обед** | **23,31** | **25,156** | **144,07** | **975,55** | **29,82** |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **180****200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0,6** | **114** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **24** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | **104** |
|  | **Гренка** | **30** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **1,56** | **49** |
| **Итого за полдник** | **1,38** | **0,54** | **33,44** | **133,08** | **2,16** |  |
| **Итого за день** | **37,48** | **40,706** | **252,26** | **1756,79** | **97,32** |  |