**Меню на 23.07.2025 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 боярская с маслом, сах.** | **180**  **200** | **12,42** | **15,46** | **54,62** | **402** | **3,9** | | **56** |
| **Чай сладкий с сахаром** | **180**  **200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | | **114** |
| **Хлеб пшеничный со слив. маслом, сыром** | **20/4**  **25/4** | **0,83** | **1,57** | **5,26** | **38,88** | **0** | | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Сок фруктовый** | **150** | **1,0** | **0,2** | **20,2** | **92** | **4,0** | | **112** |
| **Итого за завтрак** | | | **14,25** | **17,23** | **104,04** | **618,88** | **7,9** | |  |
| **Обед** | **Соленый огурец порционно** | **40** | **0,17** | **0,03** | **0,73** | **3,62** | **0,39** | | **72** |
| **Борщ красный со сметаной на мк/б** | **180/3**  **200/3** | **7,39** | **12,56** | **18,44** | **291,56** | **1,55** | | **11** |
| **Суфле рисовое с мясом курицы** | **120**  **130** | **18,94** | **15,61** | **9,55** | **354,43** | **13,5** | | **30** |
| **Компот из сухофруктов** | **180**  **200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | | **107** |
| **Хлеб ржаной** | **40**  **45** | **1,19** | **0,21** | **6,03** | **31,32** | **0** | | **103** |
| **Итого за обед** | | | **28,65** | **28,41** | **82,35** | **860,93** | **16,24** | |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | | **114** |
| **Плюшка домашняя** | **60** | **3,03** | **5,78** | **20,11** | **106,62** | **0,16** | | **92** |
| **Итого за полдник** | | | **3,03** | **5,78** | **44,07** | **192,62** | **0,16** | |  |
| **Итого за день** | | | **45,93** | **51,42** | **230,46** | **1672,43** | **24,3** | |  |