**Меню на 24.07.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Пищевые вещества** | **Энергетичес****кая ценность (ккал)** | **Вита****мин С** | **№****рецептуры** |
| **Белки (г)** | **Жиры (г)** | **Углеводы (г)** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Омлет натуральный** | **100** | **9,01** | **12,51** | **2,64** | **156,25** | **0,49** | **57** |
| **Чай сладкий с сахаром** | **180****200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | **114** |
| **Хлеб пшеничный со слив. маслом** | **20/4****25/4** | **0,83** | **1,57** | **5,26** | **38,88** | **0** | **100** |
|  | **Хлеб ржаной** | **15** | **1,19** | **0,21** | **6,03** | **31,32** | **0** | **103** |
| **2-ой Завтрак** | **Напиток витаминный** | **120****150** | **0,22** | **0,01** | **36,64** | **144** | **9,6** | **111** |
| **Итого за завтрак** | **11,25** | **14,3** | **74,53** | **456,45** | **10,09** |  |
| **Обед** | **Бульон манный с гренками на мк/б** | **180****200** | **5,85** | **0,97** | **20,97** | **216,25** | **5** | **14** |
| **Гуляш из мяса курицы** | **50****70** | **4,2** | **5,32** | **1,73** | **215,36** | **0,56** | **27/1** |
| **Картофель отварной со сливочным маслом** | **120** | **2,70** | **3,95** | **15,09** | **334,81** | **19,6** | **37** |
| **Компот из сухофруктов** | **180****200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | **107** |
| **Хлеб ржаной** | **30****45** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | **103** |
| **Итого за обед** | **14,77** | **10,43** | **90,75** | **674,26** | **25,96** |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **180****200** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0** | **114** |
| **Вафли** | **30** | **8,58** | **0,67** | **15,5** | **70,83** | **0** | **123** |
| **Итого за полдник** | **8,58** | **0,67** | **39,46** | **156,83** | **0** |  |
| **Итого за день** | **34,6** | **25,4** | **204,74** | **1587,54** | **36,05** |  |