**Меню на 25.04.2025 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 Ассорти с маслом и сахаром** | **180**  **200** | **12,42** | **14,82** | **50,18** | **384** | **3,9** | | **51** |
| **Чай сладкий с лимоном, сахаром** | **180/5**  **200/5** | **0** | **0** | **24,56** | **88,15** | **8,32** | | **116** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **24/4** | **0,81** | **1,53** | **5,12** | **162** | **0** | | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Апельсин** | **55** | **0,3** | **1,2** | **11,25** | **57** | **57** | | **131** |
| **Итого за завтрак** | | | **13,53** | **17,55** | **91,11** | **691,15** | **69,22** | |  | **110,16** | **772,15** |
| **Обед** | **Огурец соленый порционно** | **46** | **0,1** | **0** | **7** | **16,5** | **0,65** | | **72** |
| **Щи из морской капусты со смет. на мк/б** | **180/2**  **200/3** | **3,55** | **9,2** | **16,72** | **263,02** | **33,9** | | **20** |
| **Картофель тушеный с мясом курицы** | **150** | **23,53** | **21,34** | **24,76** | **399,21** | **11,23** | | **30/1** |
| **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** | | | **29,2** | **30,73** | **101,44** | **886,57** | **46,58** | |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **180** | **0** | **0** | **23,96** | **86** | **0,6** | | **114** |
| **Молоко кипяченое** | **150** | **6,96** | **6** | **11,52** | **129,6** | **3,12** | | **119** |
| **Хлеб пшеничный** | **24** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | | **104** |
| **Итого за полдник** | | | **7,65** | **6,27** | **40,22** | **239,14** | **3,72** | |  |
| **Итого за день** | | | **50,38** | **54,55** | **232,77** | **1816,86** | **119,52** | |  |