**Меню на 30.04.2025 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 ячневая молочная с маслом, сахаром** | **180****200** | **12,42** | **15,46** | **54,62** | **402** | **3,9** | **56** |
| **Чай сладкий с лимоном, сахаром** | **180/5****200/5** | **0** | **0** | **24,56** | **88,15** | **8,32** | **116** |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | **20/4** | **0,81** | **1,53** | **5,12** | **162** | **0** | **100** |
| **2-ой Завтрак** | **Апельсин** | **75** |  **0,3** | **1,2** | **11,25** | **57** | **57** | **131** |
| **Итого за завтрак** | **13,23** | **16,99** | **84,3** | **652,15** | **12,22** |  |
| **Обед** | **Суп полевой со сметаной на мк/б** | **180/5****200/5** | **8,22** | **12,04** | **12,57** | **211,12** | **7,4** | **4** |
| **Тефтеля из мяса курицы на мк/б** | **50****70** | **3,53** | **2,53** | **6,41** | **162,61** | **0,57** | **22** |
| **Компот из сухофруктов** | **180****200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | **107** |
| **Компот из сухофруктов** | **180****200** | **0,96** | **0** | **47,6** | **180** | **0,8** | **107** |
|  | **Хлеб ржаной** | **30****35** | **1,06** | **0,19** | **5,36** | **27,84** | **0** | **103** |
| **Итого за обед** | **28,92** | **21,99** | **101,12** | **897,58** | **42,3** |  |
| **Полдник** | **Чай сладкий с сахаром** | **180****200** | **0** | **0** | **24,56** | **88,15** | **8,32** | **116** |
| **Молоко кипяченое** | **140** | **6,96** | **6** | **11,52** | **129,6** | **3,12** | **119** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **0,69** | **0,27** | **4,74** | **23,54** | **0** | **104** |
| **Итого за полдник** | **7,96** | **7,48** | **78,92** | **352,51** | **9,56** |  |
| **Итого за день** | **50,11** | **46,46** | **264,34** | **1902,24** | **64,08** |  |