

Меню приготавливаемых блюд на 18**.06.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| Б | Ж | У |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| ***ДЕНЬ 15*** | | | | | | |
|  | **Завтрак:** |  |  |  |  |  |
|  | Каша молочная геркулесовая | 200/15 | 32,6 | 27,2 | 40,8 | 480,0 |
|  | Хлеб пшеничный (батон) | 60 | 4,6 | 0,4 | 30,2 | 142,0 |
|  | Какао на молоке | 200 | 6,0 | 4,8 | 71,2 | 80,0 |
|  | Фрукты свежие в ассортименте (персик) | 100 | 0,46 | 0,46 | 11,3 | 51,0 |
|  | *ИТОГО* | | *45,6* | *35,32* | *181,19* | *864,9* |
|  | **Обед:** |  |  |  |  |  |
|  | Овощи свежие резанные  (***огурец***) | 15 | 0,1 | 0,02 | 0,42 | 2,3 |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 2,0 | 5,25 | 13,0 | 105,0 |
|  | Макароны отварные | 180 | 3,5 | 4,1 | 23,5 | 147,0 |
|  | Гуляш | 100 | 13,9 | 6,5 | 4,0 | 130,3 |
|  | Хлеб ржаной | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,52 | 99,24 |
|  | Сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 92,0 |
|  | Хлеб пшеничный (батон) | 60 | 4,6 | 0,4 | 30,2 | 142,0 |
|  | *ИТОГО* | | *27,06* | *13,84* | *106,74* | *658,84* |
|  | *ИТОГО за день* | | *72,66* | *49,16* | *287,93* | *1523,74* |