

Меню приготавливаемых блюд на 20**.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 17*** | | | | | | |
|  | **Завтрак:** |  |  |  |  |  |
|  | Гречка отварная | 180 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279,0 |
|  | Котлета с подливкой | 75 | 7,9 | 7,2 | 9,0 | 129,3 |
|  | 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 |
|  | Фрукты свежие в ассортименте (банан) | 100 | 1,8 | 0,0 | 19,8 | 76,0 |
|  | *ИТОГО* | | *26,96* | *16,12* | *144,52* | *817,54* |
|  | **Обед:** |  |  |  |  |  |
|  | Огурец | 15 | 0,1 | 0,02 | 0,42 | 2,3 |
|  | Суп с макаронными изделиями | 250 | 9,05 | 13,1 | 10,4 | 198,5 |
|  | Плов | 180 | 19,44 | 10,62 | 34,2 | 312,84 |
|  | Хлеб ржаной | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,52 | 99,24 |
|  | Какао на молоке | 200 | 3,8 | 3,0 | 23,0 | 130,8 |
|  | Изделие кондитерское (**печенье**) | 20 | 1,4 | 3,6 | 13,2 | 92,0 |
|  | *ИТОГО* | | *37,75* | *31,06* | *101,74* | *835,68* |
|  | *ИТОГО за день* | | *64,71* | *47,18* | *246,26* | *1653,22* |