МЕНЮ

на 20 мая 2025г

Утверждаю:
Заведующий
Черенева К.Б

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		витамин (мг) С	
				Б		Ж		У					
		с	я	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я
	Завтрак												
98	Каша рисовая жидкая	200/5	150\5	5,12	3,84	6,62	4,96	32,61	24,46	210,13	157,60	1,39	1,04
263	Чай с молоком	180	150	2,67	2,65	2,34	2,33	14,31	11,31	89,00	77,00	0,03	0,02
	Хлеб пшеничный	40	40	2,49	2,49	3,93	3,93	27,56	27,56	156,00	156,00	0,10	0,10
	Итого:	445	355	10,3	8,05	12,9	9,29	74,48	55,02	455,13	336,8	0,13	0,12
	2 завтрак												
268	Сок фруктовый	180	150	0,90	0,75	0,00	0,00	18,18	15,15	76,00	64,00	3,60	3,00
	итого:												
	Обед												
52	Борщ с капустой и картофелем	200	150	1,46	1,10	3,90	2,90	8,74	6,50	75,00	65,20	8,40	6,30
176	Жаркое по -домашнему	200	150	7,50	6,76	5,30	4,78	14,66	13,20	227,00	204,00	8,17	7,36
253	Компот из сухофруктов	180	150	0,40	0,33	0,02	0,02	24,98	20,82	102,60	85,50	0,36	0,30
	Хлеб 1 сорт	50	35	4,15	2,93	0,46	0,55	25,88	18,11	112,72	76,57	0,00	0,00
	Итого:	630	510	13,51	20,79	9,68	8,25	74,26	58,63	517,32	431,27	16,93	13,96
	Полдник:												
	Напиток к\м снежинка	180	150	5,22	4,35	4,50	3,75	7,56	6,30	92,00	76,00	0,54	0,45
	Пряники	50	50	2,40	2,40	1,40	1,40	38,86	38,86	175,00	175,00	0,00	0,00
	Итого:	230,0	200,0	7,6	4,6	5,9	5,2	46,4	45,2	267,0	251,0	0,54	0,45
	ИТОГО за день	1340	145	31,41	36,90	28,47	22,69	195,16	158,81	1239,45	1019,02	17,60	14,53
	Стоимость за день	189,8	144,1										