|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С | масса брутто |
|  |  |  |  | Б | Ж | У | (ккал) |  |  |
| **Завтрак** | **Каша молочная ячневая** |  | **160,0/**  **180,0** | **6,90** | **9,27** | **43,90** | **284,0** | **0,00** |  |
|  | **Кофейный напиток** | **689** | **160,0/**  **180,0** | **4,58** | **5,04** | **21,2** | **152,0** | **7,36** |  |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным** | **1** | **25,0/3**  **28,0/3** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184** | **0,05** |  |
| **2 Завтрак** | **Напиток из лимонов** |  | **100,0** | **1,50** | **0,50** | **21,00** | **95,00** | **10,00** | **0,1** |
| **Обед** | **Щи со сметаной на к/б** | **99** | **180,0/7**  **200,0/7** | **3,740** | **3,54** | **10,18** | **87,78** | **9,88** |  |
|  | **Отварная гречка с м/к и подливой** |  | **140,0/**  **150,0** | **4,08** | **6,40** | **27,26** | **183,00** | **24,22** |  |
|  | **Салат из зел. горошка** |  | **50,0** | **15,645** | **2,177** | **4,232** | **145,985** | **0,43** |  |
|  | **Компот из с/ф** | **242** | **160,0/**  **180,0** | **0,14** | **0,02** | **18,45** | **72,27** | **6,00** |  |
|  | **Хлеб ржаной** |  | **40,0/**  **45,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
| **Полдник** | **Хлеб пшеничный с сыром** | **1** | **25,0/**  **28,0/**  **11,0** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184** | **0,05** |  |
|  | **Чай с сахаром и лимоном** | **689** | **160,0/3**  **180,0/3** | **5,6** | **6,4** | **8,2** | **234** | **1,4** | **0,120** |

**07.07.2025**