

## Меню на 10.04.2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С	№ рецептуры
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная с маслом и сахаром	180 200	12,42	14,82	50,18	384	3,9	54
	Какао с молоком	180 200	2,4	2,6	2,6	180,0	2,34	117
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	25/5 30/5	0,81	1,53	5,12	162	0	100
<b>2-ой Завтрак</b>	Напиток лимонный	130 150	0,22	0,01	36,64	144	9,6	111
<b>Итого за завтрак</b>			<b>15,85</b>	<b>18,96</b>	<b>94,54</b>	<b>870</b>	<b>15,84</b>	
<b>Обед</b>	Свекла отварная с раст. маслом	30	0,57	2,44	3,34	37,56	3,72	67
	Суп крестьянский со сметаной на мк\б	180/4 200/4	6,36	4,26	34,65	347,42	18,58	9
	Котлета из мяса курицы	70	6,89	5,61	5,01	97,39	0,57	22
	Гречка отварная со сл. маслом	100	4,5	6,4	21,9	263	0	39
	Красный соус	20	0,14	0,39	0,62	6,2	0,08	105
	Компот из св. яблок и лимона	180 200	0,46	0	49,2	201	0,4	109
	Хлеб ржаной	35 40	1,06	0,19	5,36	27,84	0	103
<b>Итого за обед</b>			<b>19,98</b>	<b>19,29</b>	<b>120,08</b>	<b>980,41</b>	<b>23,35</b>	
<b>Полдник</b>	Какао с молоком	180 200	2,6	2,6	28	184	2,34	117
	Гренка	30	0,69	0,27	4,74	23,54	1,56	49
<b>Итого за полдник</b>			<b>3,29</b>	<b>2,87</b>	<b>32,74</b>	<b>207,54</b>	<b>3,9</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>39,12</b>	<b>41,12</b>	<b>247,36</b>	<b>2057,95</b>	<b>43,09</b>	