

| Прием<br>пищи    | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергет.<br>ценность | С           | № рец.     |
|------------------|-----------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|--------------|----------------------|-------------|------------|
|                  |                                         |                | Б                    | Ж            | У            |                      |             |            |
| <b>день 3</b>    | <b>МЕНЮ на 09.07.2025г</b>              |                |                      |              |              |                      |             |            |
| <b>завтрак:</b>  |                                         |                |                      |              |              |                      |             |            |
|                  | макаронные изделия отварные с сыром     | 130            | 4,66                 | 5,109        | 29,66        | 183,3                | 3,55        | 195        |
|                  | какао с молоком                         | 200            | 2,51                 | 3,59         | 18,33        | 106,5                | 1,17        | 248        |
|                  | батон пшеничный                         | 30             | 2,25                 | 0,87         | 15,42        | 78,6                 | 0           |            |
|                  | <b>всего завтрак</b>                    | <b>360</b>     | <b>9,42</b>          | <b>9,569</b> | <b>63,41</b> | <b>368,4</b>         | <b>4,72</b> |            |
| <b>2 завтрак</b> | соки овощные,фруктовые                  | 150            | 0,5                  | 0,1          | 9,8          | 46                   | 0,65        | 293        |
|                  | <b>всего 2 завтрак</b>                  | <b>150</b>     | <b>0,5</b>           | <b>0,1</b>   | <b>9,8</b>   | <b>46</b>            | <b>0,65</b> |            |
| <b>обед</b>      |                                         |                |                      |              |              |                      |             |            |
|                  | салат из зеленого горошка и лука        | 60             | 1,72                 | 2            | 4,21         | 42,5                 | 20          | 4          |
|                  | суп волна                               | 200            | 2,42                 | 1,62         | 13,2         | 92,08                | 7,07        | 39         |
|                  | капуста, тушеная с отварной курицей     | 120/60         | 14,3                 | 13,2         | 4,33         | 221,8                | 91          | 221        |
|                  | компот из сухофруктов +витамин С        | 200            | 0,78                 | 0            | 20,15        | 80,5                 | 2           | 639        |
|                  | хлеб пшеничный                          | 30             | 2,37                 | 0,3          | 14,49        | 70,5                 | 0           |            |
|                  | хлеб ржаной (ржано - пшеничный)         | 38             | 1,8                  | 0,3          | 11,9         | 59                   | 0           |            |
|                  | <b>всего обед</b>                       | <b>708</b>     | <b>23,39</b>         | <b>17,42</b> | <b>68,28</b> | <b>566,38</b>        | <b>120</b>  | <b>903</b> |
| <b>полдник</b>   |                                         |                |                      |              |              |                      |             |            |
|                  | сырники из творога запеченные / повидло | 100/10         | 14,53                | 16,1         | 18,1         | 174,6                | 0,01        | 155        |
|                  | чай с сахаром                           | 200            | 0,07                 | 0,01         | 10,31        | 41,07                | 0           | 263        |
|                  |                                         | 200            | 0,07                 | 0,01         | 10,31        | 41,07                | 0           | 263        |
|                  | <b>всего полдник</b>                    | <b>340</b>     | <b>14,67</b>         | <b>16,12</b> | <b>38,72</b> | <b>256,74</b>        | <b>0,01</b> |            |
|                  | <b>итого за весь день</b>               |                | <b>47,98</b>         | <b>43,21</b> | <b>180,2</b> | <b>1237,52</b>       | <b>125</b>  |            |

Заведующий \_\_\_\_\_Неминущая И.Г.

