



### Меню на 30.05.2025г.

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                     | Масса | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность |
|------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|------|----------|----------------------------|
|                  |                                                        | г     | г     | г    | г        | ккал                       |
| Завтрак          |                                                        |       |       |      |          |                            |
| 54-22к-2020      | Каша овсяная                                           | 200   | 6,8   | 7,5  | 24,7     | 192,6                      |
| 54-3гн-2020      | Чай с лимоном и сахаром                                | 200   | 0,2   | 0    | 6,6      | 27,2                       |
| Пром.            | Батон нарезной                                         | 30    | 2,3   | 0,9  | 15,4     | 78,5                       |
| Пром.            | Джем из абрикосов                                      | 25    | 0,1   | 0    | 18       | 72,4                       |
| Пром.            | Мандарин                                               | 100   | 0,8   | 0,2  | 7,5      | 35                         |
| Итого за завтрак |                                                        | 555   | 10,2  | 18,8 | 72,2     | 405,1                      |
| Обед             |                                                        |       |       |      |          |                            |
| 54-9з-2020       | Салат из белокочанной капусты<br>с морковью и яблоками | 80    | 1,1   | 8,1  | 4,8      | 96,7                       |
| 54-3с-2020       | Рассольник Ленинградский                               | 200   | 4,8   | 5,8  | 13,6     | 125,5                      |
| 54-12м-2020      | Плов с курицей                                         | 250   | 23,1  | 9,3  | 41,3     | 341,5                      |
| 54-4хн-2020      | Компот из изюма                                        | 200   | 0,4   | 0,1  | 18,3     | 75,9                       |
| Пром.            | Хлеб ржано-пшеничный                                   | 30    | 2     | 0,4  | 11,9     | 58,7                       |
| Пром.            | Батон нарезной                                         | 30    | 2,3   | 0,9  | 15,4     | 78,5                       |
| Пром.            | Коржик молочный                                        | 100   | 6,5   | 12   | 67       | 390                        |
| Итого за обед    |                                                        | 890   | 40,2  | 36,6 | 172,3    | 1156,8                     |
| Полдник          |                                                        |       |       |      |          |                            |
| Пром.            | Груша                                                  | 100   | 0,4   | 0,3  | 10,3     | 45,5                       |
| Пром.            | Йогурт 2.5%                                            | 200   | 6,8   | 5    | 11       | 116,2                      |
| Пром.            | Печенье в инд. уп.                                     | 30    | 2,3   | 2,9  | 22,3     | 124,7                      |
| Итого за полдник |                                                        | 330   | 9,5   | 8,2  | 43,6     | 286,4                      |
| Итого за день    |                                                        | 1775  | 59,9  | 53,6 | 288,1    | 1575,7                     |