



Хасаншин Л.А.

**МЕНЮ на «09» июня 2025г.**

**(6 день)**

| №<br>п\п | Наименование блюда                            | Выход      | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Калорий<br>ность |
|----------|-----------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------------|
| <b>1</b> | <b>Завтрак</b>                                |            |              |              |               |                  |
|          | Бутерброд с маслом сливочным                  | 30/10      | 2,33         | 8,12         | 15,55         | 144,60           |
|          | Каша ячневая молочная с маслом сливочным      | 180/5      | 6,54         | 6,83         | 42,11         | 255,00           |
|          | Блины с маслом сливочным                      | 45/5       | 2,30         | 5,28         | 13,17         | 109,05           |
|          | Какао с молоком                               | 200        | 4,08         | 3,81         | 7,60          | 78,60            |
|          | Фрукты свежие (яблоки)                        | 120        | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 56,40            |
|          | Батон высший сорт                             | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60            |
|          | <b>Итого</b>                                  | <b>625</b> | <b>17,98</b> | <b>25,39</b> | <b>105,61</b> | <b>722,25</b>    |
| <b>2</b> | <b>Обед</b>                                   |            |              |              |               |                  |
|          | Помидоры свежие порционно                     | 100        | 1,10         | 0,20         | 3,80          | 24,00            |
|          | Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной | 250/10     | 5,06         | 10,05        | 19,51         | 187,45           |
|          | Плов из отварных куриных                      | 250        | 18,78        | 22,40        | 54,98         | 493,33           |
|          | Нектар фруктовый разливной                    | 180        | 0,90         | 0,00         | 18,18         | 76,00            |
|          | Хлеб пшеничный                                | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 117,50           |
|          | Хлеб ржаной                                   | 50         | 3,30         | 0,60         | 19,80         | 99,00            |
|          | <b>Итого</b>                                  | <b>890</b> | <b>32,94</b> | <b>33,65</b> | <b>140,87</b> | <b>997,60</b>    |
| <b>3</b> | <b>Полдник</b>                                |            |              |              |               |                  |
|          | Ряженка                                       | 200        | 5,80         | 5,00         | 8,40          | 102,00           |
|          | <b>Итого</b>                                  | <b>200</b> | <b>5,80</b>  | <b>5,00</b>  | <b>8,40</b>   | <b>102,00</b>    |
|          | <b>Вода питьевая ПЭТ</b>                      | <b>500</b> | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>      |