

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Меню**  **на 21.07.25 июня 2025 г.** | | | |  |  |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Выход блюда, гр.** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
|
|  | **Завтрак** |  |  |
| 1 | Суп молочный с крупой «Геркулес» | 150/180 | 108,13/129,76 |
| 2 | Чай с лимоном | 150/7/3  180/10/7 | 32,66/39,19 |
| 3 | Хлеб пшеничный с маслом | 30/5 | 71,40 |
|  | **2 завтрак** |  |  |
| 1 | Сок яблочный | 150 | 63,33 |
|  | **Обед** |  |  |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем | 180 | 95,49 |
| 2 | Каша рассыпчатая гречневая | 110/130 | 137,78/162,82 |
| 3 | Мясо тушеное | 50/70 | 166,04/232,45 |
| 4 | Салат из соленых огурцов с луком | 40/50 | 23,92/29,90 |
| 5 | Хлеб ржаной | 25 | 43,50 |
| 6 | Хлеб пшеничный | 25 | 58,75 |
| 7 | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 150/180 | 21,51/25,81 |
|  | **Полдник** |  |  |
| 1 | Запеканка из творога | 100/120 | 259,49/311,30 |
| 2 | Кофейный напиток на молоке | 150/180 | 100,38/120,46 |
|  | **ИТОГО** | **1355/1555** | **1245,42/1454,80** |