

**Меню на 28.07.2022 г.**

| Приём<br>пищи                | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества(гр.) |       |        | Энергети<br>ческая<br>ценность<br>(ккал.) | Вита<br>мин С | №<br>рецеп<br>туры |
|------------------------------|------------------------------------------------|----------------|-----------------------|-------|--------|-------------------------------------------|---------------|--------------------|
|                              |                                                |                | Б                     | Ж     | У      |                                           |               |                    |
| <b>День 9</b>                |                                                |                | Б                     | Ж     | У      |                                           |               |                    |
| <b>Завтрак</b>               | <b>Каша рисовая<br/>молочная жидкая</b>        | 200            | 5,00                  | 8,20  | 30,30  | 215,00                                    | 0,22          | 52                 |
|                              | <b>Кофейный напиток</b>                        | 180            | 3,60                  | 3,60  | 18,69  | 119,70                                    | 144           | 89                 |
|                              | <b>Бутерброд с маслом</b>                      | 30 5           | 2,30                  | 4,36  | 14,62  | 108,00                                    | 0             | 75                 |
| <b>Обед</b>                  | <b>Салат из свежих<br/>огурцов и помидоров</b> | 48             | 0,36                  | 0,05  | 0,77   | 5,85                                      | 2,25          | 63                 |
|                              | <b>Суп манный с<br/>гренками на к/б</b>        | 200 20         | 5,94                  | 4,86  | 23,91  | 163,64                                    | 16,73         | 9                  |
|                              | <b>Картофельная<br/>запеканка с мясом</b>      | 180            | 24,08                 | 13,99 | 26,21  | 326,72                                    | 29,7          | 37                 |
|                              | <b>Чай с сахаром</b>                           | 180            | 0,48                  | 0,00  | 23,80  | 90,00                                     | 0,4           | 85                 |
|                              | <b>Хлеб ржаной</b>                             | 20             | 3,04                  | 0,55  | 15,36  | 80,04                                     | 0             | 77                 |
| <b>Полдник</b>               | <b>Крем - брюле</b>                            | 160            | 5,00                  | 4,50  | 27,50  | 139,10                                    | 2,6           | 94                 |
|                              | <b>Печенье овсяное</b>                         | 47             | 4,50                  | 7,08  | 44,94  | 250,20                                    | 0             | 80                 |
| <b>Ужин</b>                  | <b>Гуляш из кур с<br/>отварными рожками</b>    | 80 130         | 9,01                  | 12,51 | 2,24   | 156,25                                    | 0,49          | 96                 |
|                              | <b>Какао на молоке</b>                         | 180,00         | 1,4                   | 0     | 30,04  | 120,5                                     | 5,4           | 91                 |
|                              | <b>Хлеб пшеничный</b>                          | 20,00          | 2,64                  | 0,92  | 18,00  | 92,21                                     | 0             | 76                 |
| <b>Итого за девятый день</b> |                                                |                | 69,84                 | 56,81 | 305,94 | 2086,96                                   | 232,3         |                    |