



Утверждаю:
ИП Федорова С. А.

М Е Н Ю
на 06.06.2025 г. (день 5)

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Выход блюда	б	ж	у	Кк	С,мг	б	ж	у	Кк	С,мг
	ЗАВТРАК													
№221		Каша гречневая молочная	250	250	8,3	8	45,7	286	0,65	8,3	8	45,7	286	0,65
№432		Какао с молоком	200	200	1,6	5,2	31,7	156	1,33	1,6	5,2	31,7	156	1,33
№261		Бутерброд с сыром	40/10	40/20	18,5	14,5	13	148	0,14	27,75	21,75	19,5	222	0,21
№481		Хлеб пшеничный	30	40	2	0,35	0,33	48,75		3,00	0,53	0,50	73,13	0,00
№458		Фрукт свежий (банан)	1 шт	1 шт	0,4	0,3	10,3	46	22	0,4	0,3	10,3	46	22
		Итого по приёму пищи			30,80	28,35	101,03	684,75	24,12	41,05	35,78	107,70	783,13	24,19
	ОБЕД													
№70		Салат овощной (картофель,морковь отварн,огурец консерв,горошек зелен консерв)	80	100	0,52	0,14	2,12	54	2,96	0,96	0,25	3,52	82,10	5,44
№95(3)		Щи из свежей капусты	250	250	2,8	2,4	7	175	19,55	3,5	3	8,75	218,75	24,44
№303		Печень, тушенная в соусе	75/25	75/25	18,5	24,5	12,3	256	37,56	18,5	24,5	12,3	256	37,56
№360(3)		Картофель отварной	150	180	6,15	5,55	24	167	20,62	9,84	8,88	38,40	267,20	32,99
№407		Компот из сухофруктов	200	200	1,35	0,3	29,6	105,34	40	1,35	0,3	29,6	105,34	40
№481		Хлеб ржаной	40	60	2,8	0,51	6,5	90	0	4,48	0,82	10,40	144,00	0,00
№481		Хлеб пшеничный	20	30	4,1	0,7	4,6	97,5	0	6,56	1,12	7,36	156,00	0,00
		Итого по приёму пищи			36,22	34,1	86,12	944,84	120,69	45,19	38,866	110,33	1229,39	140,4295
	ПОЛДНИК													
№398		Сок фруктовый	200	200	1	0	27,4	112	2,8	1	0	27,4	112	2,8
№503-505		Кондитерское изделие (вафли)	40	40	1,5	1,9	34,8	140		1,5	1,9	34,8	140	
		Итого по приёму пищи			2,5	1,9	62,2	252	2,8	2,5	1,9	62,2	252	2,8
		Итого за 5 день			69,52	64,35	249,35	1881,59	147,61	88,74	76,54	280,23	2264,52	167,42