**Ежедневное меню на
 17 апреля 2025 г.**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
2,1	Каша пшённая	180	10,26	5,94	47,07	289,08	0,216	0,189	0,828	179,397	1,494
0,25	Батон нарезной	41	3,895	0,461	23,934	117,70	0,082	0,031		11,788	0,974
35,1	Кофейный напиток	180	2,25	1,44	12,884	69,53	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531
	Итого:	401	16,405	7,841	83,888	476,32	0,352	0,445	1,863	227,959	2,999
Завтрак 2ой											
0,28	Апельсины	90	0,81	0,18	7,29	32,56	0,036	0,027	54	30,6	0,27
	Итого:	90	0,81	0,18	7,29	32,56	0,036	0,027	54	30,6	0,27
Обед											
216,1	Помидоры свежие порциями	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15	8,4	0,54
80,1	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,30	0,08	0,05	6,03	21,16	0,78
220,1	Мясо для супа	15	3,9	2,52		38,10	0,008	0,024		4,5	0,24
0,13	Сметана в суп	8	0,24	0,8	0,22	9,04		0,02	0,05	7,2	0,02
222	Зелень в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,60		0,004	2	4,46	0,032
222,2	Лук зеленый в суп	2	0,052	0,012	0,08	0,60		0,004	2	4,46	0,032
212,1	Капуста тушённая	130	2,687	4,212	12,255	97,63	0,035	0,052	22,308	72,089	1,049
250,2	Биточки	80	12,9	7,8	7,8	152,00	0,05	0,1	0,112	30,65	0,825
140,2	Напиток из груш	200	0,1	0,1	14,424	53,94	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62
0,09	Хлеб ржаной	52	3,432	0,624	17,784	92,05	0,094	0,042		18,2	2,028
0,01	Соль	3								11,04	0,087
	Итого:	752	25,703	20,29	68,193	553,10	0,316	0,326	88,75	186,999	6,253
Полдник											
37,1	Молоко кипячёное	200	5,1	5,3	9,4	103,40	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1
0,4	Пряники	51	1,714	2,708	17,075	99,64	0,017	0,012		6,65	0,481
	Итого:	251	6,814	8,008	26,475	203,04	0,067	0,172	1,04	227,05	0,581
Ужин											
180,1	Вареники ленивые	150	18,5	17,83	26,2	340,13	0,075	0,3	0,25	163,6	0,975
182,1	Соус молочный (сладкий)	50	1	2	7,5	50,00		0,05	0,15	30,85	0,1
132	Кисель из кураги	200	1		37,906	161,96		0,03	0,04	24,66	0,59
0,1	Хлеб пшеничный	41	3,895	0,461	23,924	117,67	0,082	0,031		11,788	0,974
	Итого:	441	24,395	20,291	95,53	669,76	0,157	0,411	0,44	230,898	2,639
	Итого за день:	1 935	74,126	56,611	281,375	1 834,78	0,928	1,38	146,093	903,506	12,742