



Утверждаю: ген. директор  
 ООО "Комбинат питания № 1"  
 Н. С. Зубавленко  
 № 1»

**Меню на 04.04.2025г**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша ячневая вязкая	160	5,12	9,12	28,61	216,96
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>7,47</b>	<b>9,99</b>	<b>65,33</b>	<b>365,76</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>99,00</b>
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные соленые	50	0,40	0,05	0,85	6,50
Свекольник	200	11,60	3,56	9,62	77,60
Тефтели мясные (1 - вариант) 70/30	100	9,35	8,52	10,22	155,28
Пюре из гороха	140	13,63	1,35	27,12	162,96
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
<b>Итого за Обед</b>	<b>740</b>	<b>39,68</b>	<b>14,08</b>	<b>93,81</b>	<b>614,84</b>
<b>Полдник</b>					
Кисломолочная продукция	200	5,80	5,00	8,00	100,00
Булочка домашняя	50	3,75	6,50	30,17	194,17
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>9,55</b>	<b>11,50</b>	<b>38,17</b>	<b>294,17</b>
<b>Ужин</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,22	15,98	176,00
Какао с молоком	200	3,6	3,30	25,00	144,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>450</b>	<b>13,10</b>	<b>8,92</b>	<b>65,58</b>	<b>437,50</b>
<b>Итого за день</b>	<b>2 020</b>	<b>70,70</b>	<b>44,49</b>	<b>262,89</b>	<b>1 811,27</b>