

## МЕНЮ НА 18.03.2026г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завт.11-18</u></b>			
250	<b>№227 Каша манная молочная жидкая 1/250</b>	Калорийность-209, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31	
45	<b>№72 Бутерброды с джемом или повидлом 1/45</b>	Калорийность-134, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23	
25	<b>Конд.изделие (для дет/питания)1/25</b>	Калорийность-11, Углеводы-3	
200	<b>№379 Кофейный напиток с молоком 1/200</b>	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-6	
30	<b>№117 Батон нарезной 1/30</b>	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
<b>Итого за Завт.11-18</b>			<b>102-00</b>
<b><u>Завт.7-11</u></b>			
200	<b>№227 Каша манная молочная жидкая 1/200</b>	Калорийность-157, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-23	
45	<b>№72 Бутерброды с джемом или повидлом 1/45</b>	Калорийность-134, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23	
25	<b>Конд.изделие (для дет/питания)1/25</b>	Калорийность-11, Углеводы-3	
200	<b>№379 Кофейный напиток с молоком 1/200</b>	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-6	
30	<b>№117 Батон нарезной 1/30</b>	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
<b>Итого за Завт.7-11</b>			<b>111-94</b>
<b><u>Обед 7-11</u></b>			
60	<b>№47 Винегрет овощной 1/60</b>	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
200	<b>№160 Суп крестьянский с крупой 1/200</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
90	<b>ТТК Шашлык из куриного филе 1/90</b>	Калорийность-226, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-1	
150	<b>№377 Пюре картофельное 1/150</b>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	
200	<b>№494 Компот из плодов сушеных (курага) 1/200</b>	Калорийность-72, Углеводы-18	
25	<b>№115 Хлеб ржаной 1/25</b>	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	<b>№117 Батон нарезной 1/25</b>	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
<b>Итого за Обед 7-11</b>			<b>111-94</b>
<b><u>Обед 11-18</u></b>			
100	<b>№47 Винегрет овощной 1/100</b>	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7	
250	<b>№160 Суп крестьянский с крупой 1/250</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
100	<b>ТТК Шашлык из куриного филе 1/100</b>	Калорийность-251, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-1	
200	<b>№377 Пюре картофельное 1/200</b>	Калорийность-136, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-12	
200	<b>№494 Компот из плодов сушеных (курага) 1/200</b>	Калорийность-72, Углеводы-18	
25	<b>№115 Хлеб ржаной 1/25</b>	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	<b>№117 Батон нарезной 1/25</b>	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
<b>Итого за Обед 11-18</b>			<b>152-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>Калорийность-2 491, Белки-84, Жиры-99, Углеводы-277</b>

