

## МЕНЮ НА 25.03.2026г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завт.11-18</u></b>			
180	<b>№261 Макароны, запеченные с сыром 1/180</b>	Калорийность-236, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-33	
40	<b>№267 Яйцо вареное 1/40</b>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	
200	<b>№501 Сок 0,2 1/200</b>	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20	
200	<b>№462 Какао с молоком 1/200</b>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
30	<b>№117 Батон нарезной 1/30</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	
<b>Итого за Завт.11-18</b>		Калорийность-558, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-82	<b>102-00</b>
<b><u>Завт.7-11</u></b>			
150	<b>№261 Макароны, запеченные с сыром 1/150</b>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
40	<b>№267 Яйцо вареное 1/40</b>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	
200	<b>№501 Сок 0,2 1/200</b>	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20	
200	<b>№462 Какао с молоком 1/200</b>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
30	<b>№117 Батон нарезной 1/30</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	
<b>Итого за Завт.7-11</b>		Калорийность-523, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-76	<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>№100 Рассольник ленинградский 1/200</b>	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	
10	<b>№433 Сметана 1/10</b>	Калорийность-16, Жиры-2	
90	<b>№372 Котлеты из птицы 1/90</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8	
150	<b>№377 Пюре картофельное 1/150</b>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	
200	<b>№459 Чай с лимоном 1/200</b>	Калорийность-40, Углеводы-10	
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>		Калорийность-572, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-63	<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>№100 Рассольник ленинградский 1/250</b>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
10	<b>№433 Сметана 1/10</b>	Калорийность-16, Жиры-2	
100	<b>№372 Котлеты из птицы 1/100</b>	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9	
180	<b>№377 Пюре картофельное 1/180</b>	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11	
200	<b>№459 Чай с лимоном 1/200</b>	Калорийность-40, Углеводы-10	
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>		Калорийность-666, Белки-26, Жиры-31, Углеводы-71	<b>152-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 319, Белки-87, Жиры-92, Углеводы-292	

