

**МЕНЮ НА 12.05.2026г**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завт.11-18</u></b>			
165	<b>ТТК Блинчики 1/165</b>	Калорийность-301, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-59	
50	<b>№86 Джем (порциями) 1/50</b>	Калорийность-131, Углеводы-3	
150	<b>№82 Фрукты свежие 1/150</b>	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
200	<b>№377 Чай с лимоном 1/200</b>	Калорийность-42, Углеводы-10	
20	<b>№117 Батон нарезной 1/20</b>	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
<b>Итого за Завт.11-18</b>		Калорийность-592, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-97	<b>102-00</b>
<b><u>Завт.7-11</u></b>			
165	<b>ТТК Блинчики 1/165</b>	Калорийность-301, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-59	
50	<b>№86 Джем (порциями) 1/50</b>	Калорийность-131, Углеводы-3	
150	<b>№82 Фрукты свежие 1/150</b>	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
200	<b>№377 Чай с лимоном 1/200</b>	Калорийность-42, Углеводы-10	
20	<b>№117 Батон нарезной 1/20</b>	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
<b>Итого за Завт.7-11</b>		Калорийность-592, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-97	<b>111-94</b>
<b><u>Обед 7-11</u></b>			
60	<b>№ 43 Салат картофельный с солеными огурцами 1/60</b>	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
200	<b>№122 Уха с крупой 1/200</b>	Калорийность-81, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-10	
90	<b>№347 Котлеты "Школьные" 1/90</b>	Калорийность-190, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-12	
20	<b>№422 Соус красный основной 1/20</b>	Калорийность-11, Жиры-1, Углеводы-1	
150	<b>№243 Каша гречневая рассыпчатая 1/150</b>	Калорийность-250, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-39	
200	<b>№496 Напиток из шиповника 1/200</b>	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-1, 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>		Калорийность-778, Белки-35, Жиры-26, Углеводы-106	<b>111-94</b>
<b><u>Обед 11-18</u></b>			
100	<b>№ 43 Салат картофельный с солеными огурцами 1/100</b>	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8	
250	<b>№122 Уха с крупой 1/250</b>	Калорийность-101, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-13	

100	<b>№347 Котлеты "Школьные" 1/100</b>	Калорийность-211, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13	
20	<b>№422 Соус красный основной 1/20</b>	Калорийность-11, Жиры-1, Углеводы-1	
180	<b>№243 Каша гречневая рассыпчатая 1/180</b>	Калорийность-300, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-47	
200	<b>№496 Напиток из шиповника 1/200</b>	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-1, 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>		Калорийность-907, Белки-40, Жиры-30, Углеводы-121	<b>152-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 869, Белки-111, Жиры-90, Углеводы-421	



Ген.директор \_\_\_\_\_ Т.К.Корнаухов

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_