

**МЕНЮ НА 14.05.2026г**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завт.11-18</u></b>			
180	<b>№274 Каша рисовая молочная жидкая 1/180</b>	Калорийность-206, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-29	
200	<b>№501 Сок 0,2 1/200</b>	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20	
50	<b>Печенье 1/50</b>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37	
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-594, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-106	<b>102-00</b>
<b><u>Завт.7-11</u></b>			
150	<b>№274 Каша рисовая молочная жидкая 1/150</b>	Калорийность-172, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	
200	<b>№501 Сок 0,2 1/200</b>	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20	
50	<b>Печенье 1/50</b>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37	
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-560, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-101	<b>111-94</b>
<b><u>Обед 7-11</u></b>			
60	<b>№21 Салат Здоровье 1/60</b>	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-4	
200	<b>№95 Борщ с капустой и картофелем 1/200</b>	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
8	<b>№488 Сметана 1/8</b>	Калорийность-13, Жиры-1	
90	<b>ТТК Люля-кебаб (индейка) 1/90</b>		
20	<b>№422 Соус красный основной 1/20</b>	Калорийность-11, Жиры-1, Углеводы-1	
150	<b>№256 Макароны изделия отварные 1/150</b>	Калорийность-190, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-30	
200	<b>№491 Компот из ягод замороженных 1/200</b>	Калорийность-44, Углеводы-11	
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-547, Белки-12, Жиры-19, Углеводы-73	<b>111-94</b>
<b><u>Обед 11-18</u></b>			

100	<b>№21 Салат Здоровье 1/100</b>	Калорийность-197, Белки-1, Жиры-18, Углеводы-7	
250	<b>№95 Борщ с капустой и картофелем 1/250</b>	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7	
8	<b>№488 Сметана 1/8</b>	Калорийность-13, Жиры-1	
100	<b>ТТК Люля-кебаб (индейка) 1/100</b>		
20	<b>№422 Соус красный основной 1/20</b>	Калорийность-11, Жиры-1, Углеводы-1	
180	<b>№256 Макароны отварные 1/180</b>	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	
200	<b>№491 Компот из ягод замороженных 1/200</b>	Калорийность-44, Углеводы-11	
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-679, Белки-14, Жиры-26, Углеводы-82	<b>152-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 380, Белки-49, Жиры-71, Углеводы-362	



Ген. директор \_\_\_\_\_ Т.К. Корнаухов

Повар \_\_\_\_\_