

МЕНЮ НА 22.05.2026г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завт. 11-18</u>			
	№183 Каша жидкая		
250	молочная из гречневой крупы	Калорийность-308, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-36	
	1/250		
40	№267 Яйцо вареное	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	
	1/40		
200	№462 Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
	1/200		
45	Булочка Посыпушка	Калорийность-165, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-34	
	1/45		
20	№117 Батон нарезной	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
	1/20		
Итого за Завт. 11-18		Калорийность-682, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-94	102-00
<u>Завт. 7-11</u>			
	№183 Каша жидкая		
200	молочная из гречневой крупы	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-29	
	1/200		
40	№267 Яйцо вареное	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	
	1/40		
200	№462 Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
	1/200		
45	Булочка Посыпушка	Калорийность-165, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-34	
	1/45		
20	№117 Батон нарезной	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
	1/20		
Итого за Завт. 7-11		Калорийность-620, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-87	111-94
<u>Обед 7-11</u>			
60	№9 Салат из квашеной	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
	капусты с луком		
	1/60		
200	№87 Суп картофельный с	Калорийность-108, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-13	
	бобовыми (горох)		
	1/200		
10	№143 Гренки из пшеничного	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-9	
	хлеба		
	1/10		
200	№328 Жаркое по- домашнему	Калорийность-358, Белки-47, Жиры-20, Углеводы-38	
	1/200		
200	№342 Компот из свежих	Калорийность-115, Углеводы-28	
	плодов или ягод		
25	№115 Хлеб ржаной	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
	1/25		
25	№117 Батон нарезной	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
	1/25		
Итого за Обед 7-11		Калорийность-788, Белки-57, Жиры-29, Углеводы-115	111-94
<u>Обед 11-18</u>			
100	№9 Салат из квашеной	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	
	капусты с луком		
	1/100		
250	№87 Суп картофельный с	Калорийность-135, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-16	
	бобовыми (горох)		
	1/250		
10	№143 Гренки из пшеничного	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-9	
	хлеба		
	1/10		
250	№328 Жаркое по- домашнему	Калорийность-447, Белки-59, Жиры-25, Углеводы-48	
	1/250		
200	№342 Компот из свежих	Калорийность-115, Углеводы-28	
	плодов или ягод		
25	№115 Хлеб ржаной	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
	1/25		
25	№117 Батон нарезной	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
	1/25		
Итого за Обед 11-18		Калорийность-942, Белки-71, Жиры-37, Углеводы-131	152-00
Итого за день		Калорийность-3 032, Белки-175, Жиры-112, Углеводы-427	



Ген. директор _____ Т.К. Корнаухов

Повар _____