

Меню на 03.09.2026 г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завт. 11-18</u>			
200	№227 Каша манная молочная жидкая 1/200	Калорийность-209, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31	
20	№75 Сыр порциями 1/20	Калорийность-109, Белки-7, Жиры-9	
150	№82 Фрукты свежие 1/150	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
200	№377 Чай с лимоном 1/200	Калорийность-42, Углеводы-10	
30	№117 Батон нарезной 1/30	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	
Итого за Завт. 11-18		Калорийность-505, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-71	102-00
<u>Завт. 7-11</u>			
150	№227 Каша манная молочная жидкая 1/150	Калорийность-157, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-23	
20	№75 Сыр порциями 1/20	Калорийность-109, Белки-7, Жиры-9	
150	№82 Фрукты свежие 1/150	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
200	№377 Чай с лимоном 1/200	Калорийность-42, Углеводы-10	
30	№117 Батон нарезной 1/30	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	
Итого за Завт. 7-11		Калорийность-453, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-63	111-94
<u>Обед 7-11</u>			
60	№26 Салат из свеклы отварной 1/60	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200	№163 Суп с макаронными изделиями 1/200	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-18	
90	№347 Котлеты "Школьные" 1/90	Калорийность-170, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-7	
150	ТТК №2 Пюре картофельное 1/150	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	
180	№342 Компот из свежих плодов или ягод	Калорийность-103, Жиры-1, Углеводы-25	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-8	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
Итого за Обед 7-11		Калорийность-679, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-85	111-94
<u>Обед 11-18</u>			
100	№26 Салат из свеклы отварной 1/100	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8	
250	№163 Суп с макаронными изделиями 1/250	Калорийность-177, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-23	
100	№347 Котлеты "Школьные" 1/100	Калорийность-189, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-8	
180	ТТК №2 Пюре картофельное 1/180	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11	
200	№342 Компот из свежих плодов или ягод	Калорийность-115, Углеводы-28	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-8	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
Итого за Обед 11-18		Калорийность-802, Белки-31, Жиры-32, Углеводы-99	152-00
Итого за день		Калорийность-2 439, Белки-92, Жиры-97, Углеводы-318	



Ген. директор _____

Т.К. Корнаухов

Повар _____