

Меню на 14.09.2026 г.

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завт. 11-18</u>			
200	№223 Каша пшениная вязкая 1/200	Калорийность-250, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-37	
200	№501 Сок 0,2 1/200	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20	
200	№379 Напиток кофейный на молоке 1/200	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-28	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
Итого за Завт. 11-18		Калорийность-557, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-98	102-00
<u>Завт. 7-11</u>			
200	№223 Каша пшениная вязкая 1/200	Калорийность-250, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-37	
200	№501 Сок 0,2 1/200	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20	
180	№379 Кофейный напиток с молоком 1/180	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-5	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
Итого за Завт. 7-11		Калорийность-542, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-75	111-94
<u>Обед 7-11</u>			
60	№5 Салат из капусты белокачанной и огурцов 1/60	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2	
200	№87 Суп картофельный с бобовыми (горох) 1/200	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13	
10	№143 Гренки из пшеничного хлеба 1/10	Калорийность-41, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-9	
200	№330 Плов из говядины 1/200	Калорийность-272, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-31	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
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-622, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-85	111-94
<u>Обед 11-18</u>			
100	№5 Салат из капусты белокачанной и огурцов 1/100	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	
250	№87 Суп картофельный с бобовыми (горох) 1/250	Калорийность-135, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-16	
10	№143 Гренки из пшеничного хлеба 1/10	Калорийность-41, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-9	
250	№330 Плов из говядины 1/250	Калорийность-339, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-39	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
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-733, Белки-28, Жиры-27, Углеводы-97	152-00
Итого за день		Калорийность-2 454, Белки-82, Жиры-73, Углеводы-355	



Ген. директор _____

Т.К. Корнаухов

Повар _____