

Меню на 21.09.2026 г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завт.11-18</u>			
250	№226 Каша "Дружба" 1/250	Калорийность-238, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-35	
20	№75 Сыр порциями 1/20	Калорийность-109, Белки-7, Жиры-9	
70	Пряник шоколадный 1/70	Калорийность-256, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-53	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
30	№117 Батон нарезной 1/30	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	
Итого за Завт.11-18			102-00
<u>Завт.7-11</u>			
200	№226 Каша "Дружба" 1/200	Калорийность-191, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-28	
20	№75 Сыр порциями 1/20	Калорийность-109, Белки-7, Жиры-9	
70	Пряник шоколадный 1/70	Калорийность-256, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-53	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
30	№117 Батон нарезной 1/30	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	
Итого за Завт.7-11			111-94
<u>Обед 7-11</u>			
60	№17 Салат из капусты б/к,огурцов и сладкого перца 1/60	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	
200	№104 Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
90	№367 Птица,в соусе с томатом 1/90	Калорийность-174, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-2	
150	№256 Макароны изделия отварные 1/150	Калорийность-190, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30	
180	№495 Компот из смеси сухофруктов 1/180	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18	
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			111-94
<u>Обед 11-18</u>			
100	№17 Салат из капусты б/к,огурцов и сладкого перца 1/100	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-4	
250	№104 Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6	
100	№367 Птица,в соусе с томатом 1/100	Калорийность-194, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2	
180	№256 Макароны изделия отварные 1/180	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-35	
200	№495 Компот из смеси сухофруктов 1/200	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20	
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			152-00
Итого за день			Калорийность-2 829, Белки-93, Жиры-110, Углеводы-384



Ген.директор

Т.К. Корнаухов

Повар