

Меню на 16.10.2026 г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завт.11-18</u>			
250	№234 Каша рисовая молочная жидкая 1/250	Калорийность-268, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-41	
40	ТТК Бутерброды с творожным сыром 1/ 40	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-1	
60	Печенье 1/60	Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
Итого за Завт.11-18		Калорийность-651, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-96	102-00
<u>Завт.7-11</u>			
200	№234 Каша рисовая молочная жидкая 1/200	Калорийность-214, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33	
40	ТТК Бутерброды с творожным сыром 1/ 40	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-1	
60	Печенье 1/60	Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
Итого за Завт.7-11		Калорийность-597, Белки-13, Жиры-22, Углеводы-88	111-94
<u>Обед 7-11</u>			
60	№1 Салат из белокочанной капусты 1/60	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
200	№118 Суп из овощей с фасолью 1/200	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-10	
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	№496 Напиток из шиповника 1/180	Калорийность-70, Белки-1, Углеводы-16	
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-684, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-84	111-94
<u>Обед 11-18</u>			
100	№1 Салат из белокочанной капусты 1/100	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-8	
250	№118 Суп из овощей с фасолью 1/250	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-12	
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	№496 Напиток из шиповника 1/200	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-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 11-18		Калорийность-808, Белки-31, Жиры-36, Углеводы-96	152-00
Итого за день		Калорийность-2 740, Белки-85, Жиры-112, Углеводы-364	



Ген. директор _____

Т.К. Корнаузов

Повар _____
