ООО "ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ ПИТАНИЯ"

Понедельник ***Согласовано***

Директор _____

Меню на 19.10.2026 г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завт.11-18		
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	Калорийность-720, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-112	***102-00***
	Завт.7-11		
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	Калорийность-673, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-105	***111-94***
	Обед 7-11		
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 Макаронные 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	Калорийность-666, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-79	***111-94***
	Обед 11-18		
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 Макаронные 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	Калорийность-770, Белки-28, Жиры-36, Углеводы-88	***152-00***
	Итого за день	Калорийность-2 829, Белки-93, Жиры-110, Углеводы-384	

Общество с ограниченной ответственностью ИНН 5835082576 "ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" ОГРН 1095835002734 Российская Федерация город Пенза

Ген.директор _____ Т.К.Корнаухов Повар _____ _____