

МЕНЮ**06.10.2025 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		257	6,92	5,04	46,00	0,02		
	Каша вязкая пшениная на воде	151	3,83	4,45	23,95		200/5 183	
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед		680	24,40	19,98	100,41	10,30		
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80 325	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130 129	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50 12	
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20 83	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
Полдник		204	4,09	5,90	33,80			
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200 394	
Ужин		454	28,52	22,12	35,03	3,36		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5 412	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50 10	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)(аллергик)	265	21,68	18,84	2,05	0,68	170 229	
	Итого за день:	1 642	64,33	53,04	226,54	15,68		

Стоимость питания 210 руб.

МЕНЮ

06.10.2025 понедельник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		390	10,64	16,60	49,76	0,82		
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	163	4,86	5,67	23,24	0,32	180 5 18	
	Бутерброды с маслом	136	2,45	2,55	14,62		30/10 1	
	Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180 416	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед		607	20,92	16,45	93,64	8,99		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40 12	
	Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180 83	
	Фрикадельки из птицы	130	8,82	2,88	5,85	0,29	60 328	
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180 394	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130 129	
Полдник		195	4,05	5,90	31,60			
	Компот из изюма	80	0,30		19,80		180 394	
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		473	28,89	23,23	37,33	2,65		
	Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180 417	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50 10	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	275	22,13	19,98	1,81	0,15	150 229	
		1 712	64,90	62,18	223,63	14,46		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

МЕНЮ

06.10.2025 понедельник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		424	11,74	17,64	54,66	0,97		
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		680	24,40	19,98	100,41	10,30		
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80	325
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		204	4,09	5,90	33,80			
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин		501	31,92	25,92	35,03	2,85		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	312	25,08	22,64	2,05	0,17	170	229
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 856	72,55	69,44	235,20	16,12		