

МЕНЮ**11.11.2025 вторник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		294	7,48	4,79	55,24	0,02		
	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	
	Каша ячневая вязкая на воде (аллергик)	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5 187	
Обед		1 023	45,30	45,88	107,26	11,56		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200/5/5 24	
	Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50 12	
	Компот (компотная смесь)с/м	161	0,86		39,42	0,48	200 390	
	Плов из птицы (рис)	604	37,00	37,81	28,85	0,59	70/130 321	
Полдник		224	3,90	7,55	35,12	88,00		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200 117	
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50 452	
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10 148	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 899	65,30	70,79	250,06	118,80		

МЕНЮ

11.11.2025 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		506	17,55	23,38	56,55	1,75		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	
	Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	15	
	Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/5/5	187
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30		
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед		790	31,04	30,71	97,37	6,93		
	Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40	22
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Свекольник с картофелем на к/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180	65
	Компот(компотная смесь) с/м	145	0,78		35,47	0,43	180	36
	Плов из птицы (рис)	407	23,12	23,87	25,00	0,54	60	109
Полдник		197	5,85	5,67	30,63	79,27		
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	425
Ужин		331	8,24	11,39	48,85	17,29		
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	417
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5	148
		1 906	65,68	77,15	237,50	105,54		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

МЕНЮ

11.11.2025 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		470	14,61	20,21	57,61	1,04		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42		
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62		200 416
	Каша ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19			200/5/5 182
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30		
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30		100 470
Обед		1 023	45,30	45,88	107,26	11,56		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42			25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			25
	Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49		200 65
	Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00		50
	Компот (компотная смесь)с/м	161	0,86		39,42	0,48		200 416
	Плов из птицы (рис)	604	37,00	37,81	28,85	0,59		70/130 321
Полдник		211	5,92	6,04	32,99	88,07		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00		200 417
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07		50 170
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02		190/10 411
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42			25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			25
	Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20		190 10 104
		2 144	77,45	90,70	254,40	120,19		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.