

МЕНЮ

17.11.2025 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	375
	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		464	28,97	23,26	34,79	2,83		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	41
	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	379
		1 652	64,78	54,18	226,30	15,15		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

МЕНЮ**17.11.2025 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	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30	15
	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	7,88	5,85	0,29	60	325
	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	174
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	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)	275	22,13	19,98	1,81	0,15	150	279
		1 712	64,90	62,18	223,63	14,46		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

МЕНЮ

17.11.2025 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	17
	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	144
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		464	28,97	23,26	34,79	2,83		
	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)	275	22,13	19,98	1,81	0,15	150	23
Итого за день:		1 819	69,60	66,78	234,96	16,10		
Стоимость питания 210 руб.								