



МЕНЮ

(4 неделя, 1 день)

Дата 12.01.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	
				Б		Ж		У			
		я	с	я	с	я	с	я	с	я	с
Завтрак	Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным	150	185	5,26	6,47	6,06	7,4	21,2	26,17	159,7	197,02
	Чай с сахаром	170	180	0,04	0,04	0,01	0,01	7,9	8,38	31,72	33,6
	Бутерброд с маслом	30/3	35/5	2,31	2,7	2,67	4,35	15,07	17,6	93,49	120,29
II Завтрак	Сок фруктовый в ассортименте	150	180	0,75	0,9	0	0,0	15,15	24,3	64	97,2
Полдник	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	165	200	4,53	7,53	3,15	4,98	10,32	12,82	88,41	131,13
	Котлета «Улыбка»	60	80	2,4	3,2	6,9	9,2	4,87	6,5	115,9	154,6
	Капуста тушеная	120	150	2,21	3,59	4,28	5,32	11,31	15,14	94,8	125,77
	Салат из горошка зеленого консервированного	30	50	0,9	1,5	1,55	2,6	1,87	3,1	24,4	40,7
	Компот из сушёных фруктов (смесь)	150	200	033	0,44	0,01	0,02	20,83	27,78	84,75	113
	Хлеб ржано-пшеничный	35	37,5	2,3	2,5	0,35	0,37	14,07	15,08	66,55	71,3
	Манник	75	85	4	4,54	4,27	4,84	35,77	40,54	190,85	216,3
	Соус фруктовый	10	15	0,09	0,14	0	0,01	1,34	2,01	5,76	8,65
	Чай с лимоном	150	180	0,07	0,08	0,01	0,01	7,1	8,52	29	34,8
ИТОГО		1303,0	1577,5	25,25	32,68	29,27	39,1	167,47	207,27	1052,24	1341,47