

МЕНЮ

(2 неделя, 1 день)

Дата 02.11.2026

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 пшенная на сгущенном молоке с маслом сливочным	**150**	**175/5**	5,26	6,12	6,06	7	21,2	24,76	159,7	186,35
	Чай с сахаром	**160**	**200**	0,04	0,04	0,01	0,01	7,46	9,3	29,87	37,3
	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	**150**	**180**	0,75	0,9	0	0	15,15	18,18	64	76
Обед	Капуста тушеная	**30**	**50**	0,59	0,99	1,11	1,86	2,85	4,75	23,7	39,5
	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	**150/15**	**155/25**	4,53	12,2	3,15	6,65	10,32	12,36	88,41	158,42
	Шницель рубленый	**50**	**70**	7,92	10,85	5,89	8,08	8,00	10,99	116,67	160,12
	Каша рисовая рассыпчатая	**110**	**130**	2,64	3,12	4,4	5,2	26,95	31,8	160,6	189,8
	Напиток из шиповника	**150**	**180**	0,4	0,49	0,16	0,2	13,92	16,71	66,68	80,02
	Хлеб ржано-пшеничный	**30**	**37,5**	2	2,5	0,3	0,37	12,1	15,08	57,04	71,3
Полдник	Булочка дорожная	**60**	**70**	4,06	4,73	8,37	8,99	31,28	37,43	217,2	249,17
	Чай с лимоном	**150**	**180**	0,07	0,08	0,01	0,01	7,1	8,52	29	34,8
ИТОГО		**1248,0**	**1497,5**	**30,6**	**43,8**	**32,1**	**42,7**	**171,9**	**213,6**	**1108,2**	**1424,3**