



МЕНЮ

(3 неделя, 2 день)

Дата 03.03.2026

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 молочная манная	150/3	165/5	3,93	4,25	2,89	3,76	16,3	18,82	124,48	149,94
	Хлеб пшеничный	30	30	2,25	2,25	0,15	0,15	15	15	71,1	71,1
	Яйцо вареное	20	40	2,54	5,08	2,3	4,6	014	0,28	30,34	63
	Кофейный напиток с молоком	150	180	3,15	2,84	2,59	2,41	12,87	14,34	87,11	90,5
II Завтрак	Бифидок	130	150	3,77	4,35	4,16	4,8	13,87	16	76,7	77,12
	Печенье сахарное	10	20	0,75	1,5	0,98	1,96	7,44	14,88	41,7	83,4
Обед	Икра свекольная	30	50	0,7	1,17	1,74	2,3	3,7	6,2	34,08	50,05
	Суп картофельный с бобовыми изделиями на м/к бульоне	150	180	3,3	4	3,15	3,8	9,75	11,7	80,85	96,7
	Рулет с луком и яйцом	60	80	7,58	10,10	8,36	11,13	5,46	7,27	127,14	169,54
	Пюре картофельное	110	140	2,31	2,92	3,85	4,9	15,67	19,9	106,83	135,95
	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	12,06	15,08	57,04	71,3
Полдник	Запеканка из творога с рисом	65	100	5,26	8,1	4,87	7,5	9,75	15	107,57	165,5
	Соус фруктовый	15	50	0,14	0,47	0,01	0,03	2,01	6,7	8,65	28,8
	Сок в ассортименте	150	180	0,75	0,9	0	0	15,15	18,18	64	76
ИТОГО		1253	1592,5	38,04	50,12	35,47	47,91	158,68	217,9	1057,19	1407,25