



## МЕНЮ НА 13.04.2026г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завт.11-18</u>			
250	№233 Каша пшеничная молочная жидкая 1/250	Калорийность-250, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-36	
25	№70 Бутерброд с маслом (2-й вариант) 1/25	Калорийность-101, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-8	
150	№82 Фрукты свежие 1/150	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
200	№465 Кофейный напиток с молоком 1/200	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
20	№117 Батон нарезной 1/20	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
<b>Итого за Завт.11-18</b>		Калорийность-557, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-83	<b>102-00</b>
<u>Завт.7-11</u>			
200	№233 Каша пшеничная молочная жидкая 1/200	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29	
25	№70 Бутерброд с маслом (2-й вариант) 1/25	Калорийность-101, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-8	
150	№82 Фрукты свежие 1/150	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
200	№465 Кофейный напиток с молоком 1/200	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
20	№117 Батон нарезной 1/20	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
<b>Итого за Завт.7-11</b>		Калорийность-507, Белки-14, Жиры-20, Углеводы-76	<b>111-94</b>
<u>Обед 7-11</u>			
60	№26 Салат из свеклы отварной1/60	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200	№116 Суп картофельный с макаронными изделиями1/200	Калорийность-136, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	
200	№375 Плов из отварной птицы 1/200	Калорийность-333, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-25	
200	№349 Компот из смеси сухофруктов 1/200	Калорийность-196, Белки-1, Углеводы-37	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
<b>Итого за Обед 7-11</b>		Калорийность-828, Белки-33, Жиры-28, Углеводы-100	<b>111-94</b>
<u>Обед 11-18</u>			
100	№26 Салат из свеклы отварной1/100	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8	
250	№116 Суп картофельный с макаронными изделиями1/250	Калорийность-170, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-15	
250	№375 Плов из отварной птицы 1/250	Калорийность-416, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-31	
200	№349 Компот из смеси сухофруктов 1/200	Калорийность-196, Белки-1, Углеводы-37	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
<b>Итого за Обед 11-18</b>		Калорийность-981, Белки-41, Жиры-36, Углеводы-112	<b>152-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 873, Белки-104, Жиры-106, Углеводы-371	

