ООО "ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ ПИТАНИЯ"

20.02.2026 (пятница)

Согласовано
Директор _____

МЕНЮ НА 20.02.2026г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завт.11-18		
200	№226 Каша "Дружба" 1/200	Калорийность-191, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28	
40	№267 Яйцо вареное1/40	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	
200	№382 Какао с молоком 1/200	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
100	№82 Фрукты свежие 1/100	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	
30	№117 Батон нарезной 1/30	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	
	Итого за Завт.11-18	Калорийность-496, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-71	102-00
	Завт.7-11		
150	№226 Каша "Дружба" 1/150	Калорийность-143, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21	
40	№267 Яйцо вареное1/40	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	
200	№382 Какао с молоком 1/200	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
100	№82 Фрукты свежие 1/100	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	
20	№117 Батон нарезной 1/20	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
	Итого за Завт.7-11	Калорийность-421, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-59	111-94
	Обед 7-11		
60	№36 Салат Свеколка 1/60	Калорийность-98, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10	
200	№87 Суп картофельный с бобовыми (горох) 1/200	Калорийность-108, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-13	
10	№143 Гренки из пшеничного хлеба 1/10	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-9	
200	№364 Азу 1/200	Калорийность-306, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-21	
200	№494 Компот из плодов сушеных (курага) 1/200	Калорийность-72, Углеводы-18	
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	
	Итого за Обед 7-11	Калорийность-735, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-92	111-94
	Обед 11-18		
100	№36 Салат Свеколка 1/100	Калорийность-163, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-17	
250	№87 Суп картофельный с бобовыми (горох) 1/250	Калорийность-135, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-16	
20	№143 Гренки из пшеничного хлеба 1/20	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
250	№364 Азу 1/250	Калорийность-382, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-26	
200	№494 Компот из плодов сушеных (курага) 1/200	Калорийность-72, Углеводы-18	
35	№115 Хлеб ржаной 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	
35	№117 Батон нарезной 1/35	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
	Итого за Обед 11-18	Калорийность-987, Белки-35, Жиры-38, Углеводы-124	152-00
	Итого за день	Калорийность-2 639, Белки-95, Жиры-101, Углеводы-346	

"ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ ПИТАНИЯ"

Ген.директор _____ Т.К.Корнаухов

Повар _____