

Меню на 01.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),
<u>САД ЗАВТРАК</u>		
200	Каша манная на воде	ЭЦ-185, Б-6, Ж-8, У-24, Вит.А-39, Вит.С-1, Na-61, К-205, Са-155, Mg-32, P-135
200	Каша геркулесовая молочная	ЭЦ-207, Б-7, Ж-9, У-24, Вит.А-48, Вит.С-2, Na-84, К-298, Са-201, Mg-48, P-209, Fe-1
180	Чай с сахаром	ЭЦ-29, У-7
30/10	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	ЭЦ-145, Б-2, Ж-8, У-16, Вит.А-40, Na-130, К-31, Са-8, Mg-4, P-22
Итого за САД ЗАВТРАК:		ЭЦ-453, Б-12, Ж-21, У-54, Вит.А-115, Вит.С-3, Na-259, К-430, Са-318, Mg-43, P-269
<u>САД ЗАВТРАК2</u>		
80	Сок фруктовый	ЭЦ-227, Б-3, Ж-1, У-39, Вит.С-800, Вит.РР-1, Na-9, К-40, Са-48, Mg-14, P-14, Fe-2
Итого за САД ЗАВТРАК2:		ЭЦ-227, Б-3, Ж-1, У-39, Вит.С-800, Вит.РР-1, Na-9, К-40, Са-48, Mg-14, P-14, Fe-2
<u>САД ОБЕД</u>		
45	Томаты в заливке	ЭЦ-10, Б-1, У-2, Вит.С-7, Na-235, К-127, Са-5, Mg-7, P-17
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	ЭЦ-154, Б-7, Ж-7, У-17, Вит.А-14, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-1893, К-460, Са-33, Mg-26, P-100, Fe-2
130	Котлеты рыбные с томатным соусом (без лука)	ЭЦ-172, Б-17, Ж-6, У-12, Вит.А-26, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-139, К-456, Са-59, Mg-56, P-256, Fe-1
80	Мясо отварное	ЭЦ-203, Б-17, Ж-15, У-1, Вит.РР-4, Na-61, К-313, Са-10, Mg-22, P-177, Fe-3
130	Пюре картофельное	ЭЦ-147, Б-4, Ж-5, У-20, Вит.А-27, Вит.С-23, Вит.РР-1, Na-56, К-702, Са-70, Mg-32, P-109, Fe-1
180	Компот из апельсинов	ЭЦ-64, У-15, Вит.С-28, Na-6, К-93, Са-16, Mg-6, P-11
40	Хлеб ржаной	ЭЦ-55, Б-2, У-10, Na-114, К-66, Са-8, Mg-13, P-42, Fe-1
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-79, Б-2, Ж-1, У-15, Na-128, К-28, Са-6, Mg-4, P-19
Итого за САД ОБЕД:		ЭЦ-703, Б-35, Ж-23, У-84, Вит.А-59, Вит.С-93, Вит.РР-5, Na-2658, К-1982, Са-226, Mg-152, P-582, Fe-5
<u>САД ПОЛДНИК</u>		
80	Сок фруктовый	ЭЦ-37, У-8, Вит.С-2, Na-5, К-96, Са-6, Mg-3, P-6, Fe-1
Итого за САД ПОЛДНИК:		ЭЦ-37, У-8, Вит.С-2, Na-5, К-96, Са-6, Mg-3, P-6, Fe-1
<u>САД УЖИН</u>		
230	Плов из птицы	ЭЦ-470, Б-23, Ж-24, У-40, Вит.А-61, Вит.С-7, Вит.РР-7, Na-81, К-391, Са-35, Mg-57, P-260, Fe-2
180	Чай с сахаром	ЭЦ-29, У-7
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-78, Б-2, Ж-1, У-15, Na-128, К-28, Са-6, Mg-4, P-19
Итого за САД ПОЛДНИК:		ЭЦ-24534, Б-420, Ж-2270, У-594, Вит.А-15085, Вит.В2-10, Вит.С-64, Вит.РР-11, Na-6315, К-17935, Са-13646, Mg-1424, P-9647, Fe-31

Руководитель _____ Васильева М.А. Зав.произв. _____ Диетсестра _____ Федорова Л.В.