

Меню на 08.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),
<u>САД ЗАВТРАК</u>		
200	Каша рисовая на воде	ЭЦ-202, Б-5, Ж-7, У-27, Вит.А-43, Вит.С-2, На-71, К-220, Са-164, Мг-30, Р-156
200	Каша пшеничная молочная	ЭЦ-199, Б-6, Ж-7, У-28, Вит.А-37, Вит.С-2, На-74, К-253, Са-179, Мг-37, Р-177, 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, На-130, К-31, Са-8, Мг-4, Р-22
Итого за САД ЗАВТРАК:		ЭЦ-449, Б-11, Ж-18, У-59, Вит.А-99, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-260, К-427, Са-315, Мг-52, Р-288
<u>САД ЗАВТРАК2</u>		
80	Сок фруктовый	ЭЦ-227, Б-3, Ж-1, У-39, Вит.С-800, Вит.РР-1, На-9, К-40, Са-48, Мг-14, Р-14, Fe-2
Итого за САД ЗАВТРАК2:		ЭЦ-227, Б-3, Ж-1, У-39, Вит.С-800, Вит.РР-1, На-9, К-40, Са-48, Мг-14, Р-14, Fe-2
<u>САД ОБЕД</u>		
60	Салат из свеклы	ЭЦ-69, Б-1, Ж-4, У-7, Вит.С-7, На-34, К-213, Са-27, Мг-16, Р-32, Fe-1
200	Суп гороховый с мясом (без лука)	ЭЦ-269, Б-16, Ж-11, У-26, Вит.А-2, Вит.С-12, Вит.РР-3, На-1988, К-699, Са-67, Мг-60, Р-198, Fe-4
80	Мясо отварное	ЭЦ-203, Б-17, Ж-15, У-1, Вит.РР-4, На-61, К-313, Са-10, Мг-22, Р-177, Fe-3
80	Рыба по-польски	ЭЦ-130, Б-15, Ж-7, У-1, Вит.А-25, На-74, К-343, Са-60, Мг-42, Р-229, Fe-1
150	Пюре розовое	ЭЦ-179, Б-4, Ж-6, У-26, Вит.А-36, Вит.С-28, Вит.РР-2, На-65, К-868, Са-72, Мг-50, Р-134, Fe-1
180	Компот из апельсинов	ЭЦ-64, У-15, Вит.С-28, На-6, К-93, Са-16, Мг-6, Р-11
40	Хлеб ржаной	ЭЦ-55, Б-2, У-10, На-114, К-66, Са-8, Мг-13, Р-42, Fe-1
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-79, Б-2, Ж-1, У-15, На-128, К-28, Са-6, Мг-4, Р-19
Итого за САД ОБЕД:		ЭЦ-820, Б-36, Ж-27, У-103, Вит.А-69, Вит.С-75, Вит.РР-5, На-2371, К-2248, Са-241, Мг-185, Р-602, Fe-8
<u>САД ПОЛДНИК</u>		
80	Сок фруктовый	ЭЦ-37, У-8, Вит.С-2, На-5, К-96, Са-6, Мг-3, Р-6, Fe-1
Итого за САД ПОЛДНИК:		ЭЦ-37, У-8, Вит.С-2, На-5, К-96, Са-6, Мг-3, Р-6, Fe-1
<u>САД УЖИН</u>		
80	Куры отварные	ЭЦ-215, Б-18, Ж-16, Вит.А-39, Вит.С-2, Вит.РР-6, На-69, К-240, Са-15, Мг-20, Р-159, Fe-1
150	Вермишель отварная	ЭЦ-206, Б-6, Ж-4, У-36, Вит.А-20, Вит.РР-1, На-2, К-64, Са-11, Мг-8, Р-46, Fe-1
180	Чай с сахаром	ЭЦ-29, У-7
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-78, Б-2, Ж-1, У-15, На-128, К-28, Са-6, Мг-4, Р-19
Итого за САД УЖИН:		ЭЦ-24447, Б-414, Ж-2264, У-594, Вит.А-15071, Вит.В2-10, Вит.С-63, Вит.РР-11, На-6263, К-17839, Са-13547, Мг-1401, Р-9514, Fe-31

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