

Меню на 14.08.2026

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	Суп молочный с макаронными изделиями	ЭЦ-228, Б-7, Ж-9, У-29, Вит.А-52, Вит.С-2, Na-81, К-262, Са-198, Mg-26, P-165
180	Чай с сахаром	ЭЦ-29, У-7
35/10	Хлеб пшеничный с сыром	ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-18, Вит.А-30, Na-244, К-42, Са-109, Mg-9, P-81, Fe-1
Итого за САД ЗАВТРАК:		ЭЦ-475, Б-17, Ж-19, У-59, Вит.А-116, Вит.С-4, Na-400, К-520, Са-484, Mg-56, P-377, Fe-1
<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>		
60	Салат из кукурузы	ЭЦ-216, Б-2, Ж-5, У-31, Вит.С-610, Вит.РР-1, Na-7, К-31, Са-37, Mg-10, P-10, Fe-2
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
80	Гуляш из печени	ЭЦ-310, Б-4, Ж-9, У-42, Вит.А-18, Вит.С-753, Вит.РР-1, Na-14, К-117, Са-58, Mg-23, P-40, 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 кураги, изюма, чернослива	ЭЦ-112, Б-1, У-26, Na-20, К-259, Са-25, Mg-16, P-32, Fe-1
35	Хлеб ржаной	ЭЦ-49, Б-2, У-9, Na-99, К-58, Са-7, Mg-12, P-37, Fe-1
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-29, Б-1, У-6, Na-47, К-10, Са-2, Mg-1, P-7
Итого за САД ОБЕД:		ЭЦ-1414, Б-23, Ж-70, У-148, Вит.А-50, Вит.С-1404, Вит.РР-4, Na-2219, К-1849, Са-249, Mg-141, P-404, Fe-9
<u>САД УЖИН</u>		
80	Пирожки с повидлом	ЭЦ-332, Б-6, Ж-11, У-54, Вит.А-20, Вит.РР-1, Na-17, К-129, Са-38, Mg-13, P-73, Fe-1
180	Чай с сахаром	ЭЦ-29, У-7
Итого за САД УЖИН:		ЭЦ-361, Б-6, Ж-11, У-61, Вит.А-20, Вит.РР-1, Na-17, К-129, Са-38, Mg-13, P-73, Fe-1

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