

МЕНЮ

14.01.2026 среда



Рябова Г.Г.

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	507	15,64	17,60	71,57	0,08	
Суп молочный с крупой (с пшеном)	200	7,20	8,30	24,10		250
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Второй завтрак	180	2,52	3,15	35,31		
Чай с сахаром	56	0,09		13,95		200/15
Печенье "Сахарное"	124	2,43	3,15	21,36		30
Обед	1 068	45,27	26,66	161,61	14,42	
Суп картофельный с бобовыми	133	4,96	4,48	17,84		200
Макаронные изделия отварные с маслом	294	7,00	8,20	47,00		200
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Салат из белокачанной капусты	80	1,46	4,48	8,57	14,42	100
Полдник	94	0,80		22,60	4,00	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин	561	32,74	16,81	67,60	0,08	
Каша вязкая гречневая с маслом	156	3,90	6,11	20,13		130
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Рыба, тушеная с овощами	98	20,40	1,40			200
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Итого за день:	2 410	96,97	64,22	358,69	18,58	

Составитель медицинская сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)