ГКОУ "АККК им. Г.Н. Трошева"

20.10.2026

Меню корпус (Корпус)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	завтрак	
75	***Бутерброд с маслом, сыр*** *хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр*	ЭЦ-200, Б-6, Ж-13, У/в-15, Ca-157, Mg-12, P-102, Fe-1
200	***чай с лимоном*** *сахар, лимон свежий, чай*	ЭЦ-57, У/в-15, Ca-6, Mg-5, P-9, Fe-1
40	***хлеб пшеничный 40***	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15, Ca-6, Mg-4, P-20
200	***Каша рисовая*** *молоко, рис, сахар, масло сливочное, соль*	ЭЦ-313, Б-8, Ж-9, У/в-48, Вит.С-2, Ca-181, Mg-30, P-216, Fe-1
	Итого за завтрак	ЭЦ-641, Б-16, Ж-22, У/в-93, Вит.С-2, Ca-350, Mg-71, P-
	второй завтрак	
100	***Яблоки***	ЭЦ-47, У/в-10, Вит.А-5, Вит.С-7, Ca-16, Mg-9, P-11, Fe-2
110	***апельсин***	ЭЦ-43, Б-1, У/в-8, Вит.С-60, Ca-34, Mg-13, P-23
	Итого за второй завтрак	ЭЦ-90, Б-1, У/в-18, Вит.А-5, Вит.С-67, Ca-50, Mg-22, P-
	обед	
250	***Щи из свежей капусты с картофелем.*** *капуста, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное, томатная паста, соль*	ЭЦ-109, Б-2, Ж-5, У/в-11, Вит.А-268, Вит.С-25, Вит.Е-2, Ca-50, Mg-30, P-66, Fe-1
250	***Овощное рагу с мясом*** *картофель, капуста, говядина 1 категории., свинина, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль*	ЭЦ-284, Б-15, Ж-15, У/в-21, Вит.А-246, Вит.С-54, Вит.Е-2, Ca-61, Mg-52, P-190, Fe-3
200	***Компот из сухофрукт*** *сахар, сухофрукты, лимонная кислота*	ЭЦ-94, У/в-24, Вит.А-40, Вит.С-1, Ca-2, Mg-1, P-2
60	***Хлеб 60***	ЭЦ-143, Б-5, У/в-29, Ca-12, Mg-8, P-39, Fe-1
	Итого за обед	ЭЦ-630, Б-22, Ж-20, У/в-85, Вит.А-554, Вит.С-80, Вит.Е-5, Ca-125, Mg-91, P-297, Fe-5
	Полдник	
200	***Сок***	ЭЦ-92, Б-1, У/в-20, Вит.С-4, Ca-14, Mg-8, P-14, Fe-3
110	***груши***	ЭЦ-47, У/в-10, Вит.С-5, Ca-19, Mg-12, P-16, Fe-2
120	***блин с начинкой***	ЭЦ-190, Б-3, Ж-5, У/в-29, Ca-62, Mg-16, P-114, Fe-1
	Итого за Полдник	ЭЦ-329, Б-4, Ж-5, У/в-59, Вит.С-9, Вит.Е-1, Ca-95, Mg-36, P-144, Fe-6
	Ужин	
60	***Хлеб 60***	ЭЦ-143, Б-5, У/в-29, Ca-12, Mg-8, P-39, Fe-1
200	***Чай с сахаром*** *сахар, чай*	ЭЦ-57, У/в-15, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1
270	***Пельмени 250*** *пельмени, сметана, соль*	
	Итого за Ужин	ЭЦ-200, Б-5, У/в-44, Ca-17, Mg-12, P-47, Fe-2
	Ужин 2	
40	***печенье***	
200	***ряженка.***	ЭЦ-56, Б-3, Ж-3, У/в-3, Вит.С-1, Ca-120, Mg-14, P-95, Fe-
	Итого за Ужин 2	ЭЦ-56, Б-3, Ж-3, У/в-3, Вит.С-1, Ca-120, Mg-14, P-95, Fe-
	Итого за день	ЭЦ-1 946, Б-51, Ж-50, У/в-302, Вит.А-559, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-159, Вит.Е-6, Ca-757, Mg-246, P-964, Fe-

Директор _____ Колесникова Е.О.

Заведующий производством (шеф-повар) _____ Богучарова А.А.