

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ									
05 июля 2026									
День 4									
№ С/У	Наименование блюда	Масса порции, г	Б, г, Ж, ккал	Масса порции, г	Б, г, Ж, ккал	Масса порции, г	Б, г, Ж, ккал	Масса порции, г	Б, г, Ж, ккал
Завтрак									
3	бутерброд с сыром	20 10	75	30/15	121	30/30	162		
340	омлет натуральный	200	192	200	192	200	192		
501	кофейный напиток	180	95	200	95	200	95		
гв	фрукт	50		100		100			
гв		0		0		20	34		
гв		0		0		20	41		
Второй завтрак									
гв	Сок	200	135	200	135	200	173		
Горячий обед									
301	Салат Мексиканский	60	50	80	65	100	83		
134	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	112	250 / 5	120	250 / 5	120		
9-7	Котлеты рыбные "Папа" (по гурбуки и жикта)	70	145	100	200	120	249		
520	Пюре картофельное	130	115	180	165	180	165		
630	Напиток из кураги	180	87	200	95	200	122		
гв	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101		
гв	Хлеб ржаной	40	81	60	122	60	122		
Волдник									
105	выпечка Царская	100	206	120	279	150	340		
495	Чай со ступ, молоком	180	58	200	58	200	58		
Ужин									
гв	Салат из свежих помидоров	60	62	80	84	100	104		
415	Гречка по-купечески	200	273	240	357	300	383		
600	Чай с сахаром	180/5	42	200/5	42	200/5	42		
гв	Хлеб ржаной	10	20	30	41	40	81		
Второй ужин									
гв	Молочко сгущенное	180	76	180	76	200	95		
497									
гв		10	16	20	42	20	42		

Павар
След по сон работе

Макарова Н.В.
Андреев В.А.



Приятного аппетита!