

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ									
22 июля 2026									
Дневное меню									
№ п/п	Наименование блюда	Масса (продукты)	Кал. (ккал)	Масса (продукты)	Кал. (ккал)	Масса (продукты)	Кал. (ккал)	Масса (продукты)	Кал. (ккал)
Завтрак									
147	Чай с сахаром	100	147	50	216	50	216	50	216
148	Хлеб пшеничный	200	42	200	42	200	42	200	42
149	Хлеб пшеничный	20	18	20	18	20	18	20	18
Второй завтрак									
150	Сыр	100	90	200	180	200	180	200	180
Обед									
151	Суп куриный с овощами	40	47	80	62	160	70	160	70
152	Салат из свеклы с морковью	200 / 5	95	200 / 5	110	200 / 5	110	200 / 5	110
153	Котлеты из мяса с картофелем	70	121	90	222	100	247	100	247
154	Макаронные изделия	130	145	130	145	130	145	130	145
155	Котлеты из мяса	100	80	200	80	200	80	200	80
156	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101	60	101
157	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101	60	101
Полдник									
158	Мучное изделие	50	140	70	196	100	292	100	292
159	Молочное изделие	200	107	200	107	200	107	200	107
Ужин									
160	Суп куриный	60	57	80	76	100	92	100	92
161	Салат из свеклы с морковью	80	136	90	172	120	208	120	208
162	Пюре картофельное	130	155	130	155	130	155	130	155
163	Чай с сахаром	200	42	200	42	200	42	200	42
164	Хлеб пшеничный	10	20	20	41	20	41	20	41
Второй ужин									
165	Йогурт	180	76	180	76	200	88	200	88
166	Мучное изделие	18	16	20	42	20	42	20	42

Повар
Специалист по соц работе

Потребитель
Копеева О.И.



Приятного аппетита!