

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Второй ужин



МЕНЮ									
28 августа 2026									
Днев 2									
№	Наименование блюда	Масса сырья, г	Э.б. бел.	Э.б. жиры	Э.б. углевод.	Э.б. кал.	Масса порции, г	Э.б. бел.	Э.б. кал.
Горячий завтрак									
10	горячий бутерброд с сыром и маслом	50	88	85	157	100	200		
193	Суфле творожное, с джемом	150	209	180	260	200	260		
495	Чай со ступ. молоком	200	58	200	58	200	58		
г		0	0	0	18	50	18		
Второй завтрак									
г	фрукт	100	90	200	110	200	135		
Горячий обед									
г	осурен свежий	50	51	80	82	100	102		
134	Суп крестьянский с крупой и сметаной	200/5	111	250/5	134	250/5	134		
54	Оладьи из пшена с маслом	70/5	173	90/5	233	120/5	314		
13	Картофель толченый, по деревенски	130	113	180	156	180	156		
507	компот из свежих яблок	180	50	180	50	200	58		
г	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101		
г	Хлеб ржаной	40	81	60	122	60	122		
Полдник									
71	молоко кипяченое	90	172	100	219	150	319		
697	пирог морковный	200	107	200	107	200	107		
Ужин									
55	помидор свежий	60	38	80	50	100	67		
363	Мясо тушеное с соусом сметанным	70	124	100	170	120	175		
512	рис припущенный	130	129	150	154	180	184		
605	Чай с сахаром и лимоном	200	42	200	42	200	42		
г	Хлеб ржаной	10	20	0	20	41	41		
г	Хлеб пшеничный	0	0	20	34	20	34		
Второй ужин									
г	Йогурт	180	76	180	76	200	95		
г		10	16	20	42	20	42		

Повар

Спец по соц работе

Артемья А.Н.

Кобылева О.В.



Приятного аппетита!