

"14"



Утверждаю:

А.С. Шиндина

2026г.

МЕНЮ

14 мая

Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	Цена
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	205	4,8	6,9	28	193,3	37,2
Рогалик с вареной сгущенкой	50	1,3	1,8	26,2	127,3	22
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	14,9
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	801	38,9	2
Йогурт	125	1,8	1,5	4,5	38,7	29,6
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2
<i>итого</i>	620	11,9	13,1	883,9	530,4	107,7
Обед						
Огурцы свежие	100	0,7	0,1	1,9	11,3	13,7
Щи из свежей капусты с картофелем, с курицей, со сметаной	265	5,8	6,5	12	129,7	24,47
Печень говяжья по-строгановски	120	14,3	12,9	4,4	190,9	65,98
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	10,6
Компот из кураги	200	0,9	0	31,3	128,8	13,65
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3	0,8	24,3	116,8	6
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	4
<i>итого</i>	965	30,4	24,1	132,5	868,7	138,4
<i>всего</i>	1585	42,3	37,2	1016,4	1399,1	246,1