

"18 "



Утверждаю:

А.С. Шиндина

18 марта

2026г.

МЕНЮ

18 марта

18 марта						
Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	Цена
Завтрак						
Суфле рыбное	120	17,1	12	5,2	197,2	49,6
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	175,5	18,39
Сок фруктовый	200	0,5	0	34	138	16,83
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	2
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2
Огурцы консервированные, без уксуса	80	0,7	0,1	1,3	9	18,88
итого	620	23,9	18,4	84,7	599,9	107,7
Обед						
Икра кабачковая	100	1,4	4,5	5,5	68,1	11,65
Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной	265	4,9	5,9	19,7	151,5	28,5
Бефстроганов из	100	12,5	10,9	5,6	170,6	53,67
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	3,2	7,7	37,9	233,7	25,58
Компот из ягод	200	0,5	0,2	28,1	116,2	9
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3	0,8	24,3	116,8	6
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	4
итого	945	27,4	30,4	138,6	937,9	138,4
всего	1565	51,3	48,8	223,3	1537,8	246,1

