



Утверждаю:
О.И. Колобова
03" февраля 2026г.

МЕНЮ

03 февраля

Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос- ть	Цена
Завтрак						
Бутербрд с сыром	40	5,7	6,2	7,2	107,4	19,56
Котлета рыбная запеченая	100	10,3	9,3	12,9	176,3	55,9
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	16,34
Кофеинный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	13,9
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	2
<i>итого</i>	540	22,9	24	71	591,4	107,7
Обед						
Огурцы свежие	100	0,7	0,1	1,9	11,3	13,73
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной, с курицей	275	2,3	4,9	16,7	120,1	25,1
Курица запеченная домашняя	100	16,2	15,1	0,7	203,5	61
Ragu из овощей	180	5,2	11,3	23	214,5	16,57
Сок мультифрукт	200	0,5	0	34	138	12
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>	955	29,8	32,6	118,1	885,2	138,4
<i>всего</i>	1495	52,7	56,6	189,1	1476,6	246,1

