

Фактическое ежедневное меню



Дата: 28.02.2026

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Витамин С, мг	ЭЦ, ккал
			всего	всего			
6 день							
<i>Завтрак</i>							
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	0,00	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	140/20	23,38	17,69	44,80	0,75	432,00
182	Каша жидкая молочная пшенная с м/с	220/5	8,05	12,56	39,70	1,25	305,36
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	0,00	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	0,00	79,20
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	0,00	38,00
<i>Второй Завтрак</i>							
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	1,60	65,00
<i>Обед</i>							
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	100	1,94	6,10	5,80	1,80	86,00
119	Суп картофельный с рыбой	250	11,80	3,90	10,80	8,68	125,50
293	Птица запеченная	100	20,15	23,44	0,07	1,24	292,73
205	Макароны отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	3,25	226,08
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	0,00	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	0,00	79,20
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,4	32,00	51,00
<i>Полдник</i>							
291	Манник с м/с	150/5	8,05	4,65	38,23	36,90	228,07
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	1,30	10,06
<i>Ужин</i>							
16	Салат из солёных огурцов с луком	100	0,80	6,00	2,60	3,10	68,00
334	Запеканка картофельная с мясом	280	17,92	14,98	23,80	15,40	420,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	0,00	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	0,00	79,20
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	1,00	40,00
<i>Второй ужин</i>							
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	4,00	0,00
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	0,00	54,90
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию							