



МЕНЮ

12 ноября 2025 г.

Возрастная категория от 12 лет

8 День

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК						
Салат витаминный	100	13,67	1,57	6,02	8,79	95,7
Гуляш	100	86,66	15,4	16,4	3,7	134
Каша гречневая	180	14,54	5,4	6,12	26,28	181,8
Какао с молоком	200	13,82	4,08	3,54	17,58	118,6
Хлеб пшеничный	45	3,42	1,58	0,2	9,66	47
Хлеб ржаной	35	2,8	1,32	0,24	6,68	34,8
Итого:	660	134,91	29,35	32,52	72,69	611,9
ОБЕД						
Салат из белокоч.капусты	100	6,75	1,31	3,25	6,47	60,4
Суп картофельный с бобовыми	250	14,62	5,49	5,27	16,54	148,3
Рыба тушеная в томате со овощами	150	73,34	14,63	7,43	5,7	157,5
Картофельное пюре	180	24,48	3,72	8,28	31,44	216
Компот из смеси сухофруктов	200	3,99	0,08	0	21,8	87,6
Хлеб пшеничный	60	4,56	3,16	0,4	19,32	94
Хлеб ржаной	44	3,52	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого:	984	131,26	30,37	24,99	111,29	816