



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 25.05.2026**

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
		эн.ценн.	белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>						
Каша манная	150/200	128/153	2,4/3,18	3,82/3,89	21,04/26,38	№199
Бутерброд с сыром	40/50	98,1/116,4	2,3/2,9	5,4/6,1	9,9/12,4	№104
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4,0/6,0	№411
<b>Итого завтрак:</b>	<b>340/430</b>	<b>242,1/293,3</b>	<b>4,7/6,08</b>	<b>9,22/9,99</b>	<b>34,94/44,78</b>	
<b>Второй завтрак фрукты</b>						
	100/120	44/52,8	0,4/0,48	0,4/0,48	9,8/11,76	№ 386
<b>Обед</b>						
Суп картоф. с бобовыми	150/200	81/107,8	3,3/4,4	3,1/4,2	9,8/13,01	№87
Ленивые голубцы	160/130	202,3/254,2	11,1/13,7	9,5/11,1	18,3/24,7	№315
Компот из сухофруктов	150/180	44,5/48,4	0,2/0,2	0	10,9/11,9	№394
Свежие овощи	40/60	6,0/9,0	0,3/0,5	0/0,1	1,1/1,7	№13
хлеб	45/60	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
<b>Итого обед:</b>	<b>545/630</b>	<b>450,8/575,4</b>	<b>18,3/23,3</b>	<b>13,72/16,9</b>	<b>62,6/81,37</b>	
<b>Полдник</b>						
Булочка к чаю	40/50	132/165	6,3/7,87	1,26/1,57	23,63/29,54	№472
Напиток кисломолочный	150/180	76/92	4,35/5,22	3,75/4,5	6,3/7,56	№420
<b>Итого полдник:</b>	<b>190/230</b>	<b>208/257</b>	<b>10,65/13,09</b>	<b>5,01/6,07</b>	<b>29,93/37,1</b>	
<b>Всего:</b>	<b>1135/1350</b>	<b>938,9/1169,5</b>	<b>33,75/42,45</b>	<b>28,35/33,34</b>	<b>136,17/173,25</b>	