



# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 24.02.2026

| Блюда                     | вес блюда            | Пищевые вещества      |                    |                    |                      | № рецептур ы |
|---------------------------|----------------------|-----------------------|--------------------|--------------------|----------------------|--------------|
|                           |                      | эн.ценн.              | белки              | жиры               | углеводы             |              |
| <b>Завтрак</b>            |                      |                       |                    |                    |                      |              |
| Каша рисовая              | 150/200              | 151/154               | 2,12/2,17          | 3,89/3,89          | 26,86/27,45          | №199         |
| Бутерброд со слив.маслом  | 40/47                | 129,1/145,1           | 2,63/3,28          | 7,55/7,65          | 13,03/16,13          | №5           |
| Чай с сахаром             | 150/180              | 16/23,9               | 0                  | 0                  | 4/6                  | №411         |
| <b>Итого завтрак:</b>     | <b>340/427</b>       | <b>296,1/323</b>      | <b>4,75/5,45</b>   | <b>11,44/11,54</b> | <b>43,89/49,58</b>   |              |
| <b>Второй завтрак сок</b> | <b>150/180</b>       | <b>64/76</b>          | <b>0,75/0,9</b>    | <b>0</b>           | <b>15,15/18,18</b>   | <b>№ 418</b> |
| <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          |
| Рыба ,тушен.с овощами     | 114,7                | 118,4                 | 14,8               | 4,9                | 3,6                  | №261         |
| Пюре картофельное         | 100/150              | 91,5/137,25           | 2,04/3,06          | 3,2/4,8            | 13,63/20,44          | №313         |
| Компот из свежих фруктов  | 150/180              | 30,1/36,9             | 0,1                | 0                  | 7,4/9,1              | №390         |
| Хлеб                      | 45/60                | 117/156               | 3,4/4,5            | 1,12/1,5           | 22,5/30              | №6           |
| <b>Итого обед:</b>        | <b>559,7/704,7</b>   | <b>438/556,35</b>     | <b>23,64/26,86</b> | <b>12,32/15,4</b>  | <b>56,93/76,15</b>   |              |
| <b>Полдник</b>            |                      |                       |                    |                    |                      |              |
| Запеканка из творога      | 80/130               | 198,4/321,1           | 14,03/22,8         | 9,6/15,7           | 13,7/22,3            | №251         |
| Чай с сахаром             | 150/180              | 16/23,9               | 0                  | 0                  | 4/6                  | №411         |
| <b>Итого полдник:</b>     | <b>230/310</b>       | <b>214,4/345</b>      | <b>14,03/22,8</b>  | <b>9,6/15,7</b>    | <b>17,7/28,3</b>     |              |
| <b>Всего:</b>             | <b>1279,7/1621,7</b> | <b>1012,5/1300,35</b> | <b>43,17/56,01</b> | <b>33,36/42,64</b> | <b>133,67/172,21</b> |              |