



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 21.04.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
		эн.пenn.	белки	жиры	углеводы	
Завтрак						
Каша вязкая	120/120	162/162	5,73/5,73	4,06/4,06	25,76/25,76	№313
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
Итого завтрак:	310/347	307,1/331	8,36/9,01	11,61/11,71	42,79/47,89	
Второй завтрак сок	150/180	64/76	0,75/0,9	0	15,15/18,18	№ 418
Обед						
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
Итого обед:	579,7/704,7	508,5/635,1	27,33/30,68	13,18/15,47	69,06/86,62	
Полдник						
Кондитерское изделие	25/75	102,5/307,5	1,75/5,25	3/9	17,5/52,5	№1
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4/6	№411
Итого полдник:	175/255	118,5/331,4	1,75/5,25	3,0/9,0	21,5/58,5	
Всего:	1214,7/1486,7	998,1/1373,5	38,19/45,84	27,79/36,18	148,5/211,19	