



МЕНЮ НА 22 апреля 2024

Завтрак	Выход	Калорийность	Обед	Выход	Калорийность	Уплотненный полдник	Выход	Калорийность
Каша манная	180	148	Полшуроп соп.	50	12	Тудинг риб-	40	
молочная			Суп Зретьевский			Кни с мо-	20	145,5
лица вареное	40	62,8	с мукой	190/10	129	лечмом соусом		
чай с сах.	180	504	Курица в	40	193,8	картофельное	140	136,4
батон	30	72	соус томатном	150		море		
			Каша Грегге-	130	130	чай зеленый	200	56
			вар рассыпч.			Макаронна	105	39,9
			Макидоу из	140	86	Молоко	20	64,8
			шпинатика			хлеб пш	30	72
10 <sup>00</sup> сок	200	90	хлеб пш	10	24	хлеб ртс	25	57,2
			хлеб ртс	25	57,3			

Итого калорий 1616,4



МЕНЮ НА 23 апреля

2024г

Завтрак	Выход	Калорийность	Обед	Выход	Калорийность	Уплотненный поддник	Выход	Калорийность
- Суп молочн. кукурузной	200	144,6	- Огурец свет.	50	5,5	Макаронные	150/20	295
- кефирной	190	112,1	- Суп Картоф.	200/	110,4	изд-ие с сыром		
наливок			с бобовыми	12,5	44	Груша	100	47
на суп. мол.			- гречка			Чай с вареньем	180	50,4
- батон с	25/6	107,3	- котлета	40/		Молоко	140	21,9
маслом			рыбная с	25	22,6	клубнич	20	48
			молочным			клубнич	10	20,5
			соусом.					
			- Картофель	130	130			
- 10% молоко	120	408	с вареньем					
			- Картофель	180	69			
			с вареньем					
			- хлеб киш.	15	36			
			- хлеб рж.	30	61,5			

Итого калорий 1602,9



МЕНЮ НА Апрель. 24

2024г

Завтрак	Выход	Калорийность	Обед	Выход	Калорийность	Уплотненный полдник	Выход	Калорийность
каша рисовая	200	217,6	зеленый горошек	50	17	Сырники с	150/40	321,4
чай с сахаром	100	504	Суп Картофель-	190/10	98,4	моложные		
батон	40	96	ной с клецка-			соусом		
			- мш и мсом.			чай н/с	200	28
			Тертые	40/40	2103	хлеб нш	20	48
			Каша перловая	130	130	хлеб рш	10	205
			Вискаль из Каркаде	100	57,2	Теренъе сахарное	20	72
			хлеб нш	15	36	Йогурт	110	51,7
			хлеб рш	20	41			
10 <sup>00</sup> скенсок	150	88,5						

Итого калорий 1624.



МЕНЮ НА 25 апреля

2024г

Завтрак	Выход	Калорийность	Обед	Выход	Калорийность	Уплотненный полдник	Выход	Калорийность
Суп молочный пшеничный	250	130,5	Салат из моркови	50	20	Фрикадельки, туш. в соусе	40/30	106
Вафли с молоком	200	118	Рассольник домашний с мясом	180/10/10	125	Капуста тушеная	140	104
Батон с сыром маслом	157 71 16	109,4	Тарелка картофельная	40/150	304,5	Чай с лимонком	200	56
			Каша пшеничная	180	99,2	Хлеб пш	25	60
			Хлеб пш	10	24	Хлеб рж	30	61,5
			Хлеб рж	30	61,5	Кефир	120	105,1
10 <sup>мл</sup> сок	200	90				Мандарины	120	45,6

Итого калорий 1617,3



МЕНЮ НА 26 апреля

2024г

Завтрак	Выход	Калорийность	Обед	Выход	Калорийность	Уплотненный полдник	Выход	Калорийность
Омлет мясной с маслом	105/4	206,8	Омлет свек.	50	5,5	Салат из кукурузы с майонезом и луком	50	80
Чай пшеничный сладкий	190	25,6	Суп лапша домашняя с пшеницей	190/10	114,8	Растительный с рыбной печенью	75	209,7
Батон	30	42	Рулет из говядины с маслом	40/5	154	Груши.	100	44
'Сметанка'	110	59,4	Картофельное пюре	130	126,4	Кефир	160	112
						Чай с молоком	200	84
10 <sup>00</sup> сок	130	41,5	Напиток лимонный	180	69	квас.		
			Хлеб пш.	25	60			
			Хлеб рж.	45	92,3			

Итого калорий 1612,8