

Учреждение:
Подразделение

97 сад питание
Корпус 1

Руководитель:

Нилова Е.Н.

(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "21" сентября 2026 г.

Диета:

№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
Завтрак							
1	5,850	5,810	19,990	155,000	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	19,02
2	2,900	2,400	14,300	71,100	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	11,68
3	2,810	3,970	16,960	114,660	Бутерброд с маслом (Сад)	30,000	7,89
4	5,080	4,060	0,280	61,290	Яйцо варёное (Сад)	40,000	17,11
Итого на Завтрак	16,640	16,240	51,530	402,050			55,7
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,000	76,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,26
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,000	76,000			10,26
Обед							
1	0,800	4,550	1,630	55,750	Салат из квашенной капусты с луком	50,000	9,78
2	3,040	0,360	16,040	92,400	Хлеб пшеничный (Сад)	30,000	2,25
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г Сад	5,000	0,09
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист (Сад)	0,250	0,00
5	0,320	0,180	28,860	107,230	Компот из клюквы (Сад)	180,000	10,71
6	16,000	14,780	26,760	304,000	Плов рисовый с курицей (Сад)	160,000	43,13
7	7,730	4,360	32,000	186,490	Суп гороховый на мк/б (Сад)	200,000	8,12
8	1,980	0,360	12,540	54,300	Хлеб ржано-пшеничный (Сад)	30,000	2,23
Итого на Обед	29,870	24,590	117,830	800,170			76,31
Полдник							
1	11,260	7,470	0,000	136,850	Рыба тушёная с овощами - филе	80,000	35,15
2	6,890	8,940	53,580	158,370	Картофельное пюре (Сад)	130,000	18,23
3	3,040	0,360	16,040	92,400	Хлеб пшеничный (Сад)	30,000	2,26
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	2,19
5	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	40,000	16,55
Итого на Полдник	25,130	17,250	102,870	535,460			74,38
Итого:	72,540	58,080	290,230	1813,680			216,65

Кладовщик: Иждавлетова Л.Г. /

: /