Меню малоимущие

на " 14. _09._2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
5,61	10,17	30,69	242,84	Каша жидкая молочная рисовая	200	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,75	5,9	37,45	208,55	Масло сливочное (порциями)	10	
3,1	7,3	0,1	66	Хлеб пшеничный	50	
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	60	
3,5	4,4	0	53,7	Сыр твердых сортов в нарезке	30	
18,1	**28,21**	**87,77**	**662,28**		550	
				Обед		
4,29	8,39	11,17	139,48	Суп с макаронными изделиями	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
0	0	0	0		0	
8,75	**15,78**	**63,82**	**299,47**		500	
21,6	**32,24**	**166,64**	**910,85**		0	

Меню малоимущие

на "__15._09__2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
6,4	5,9	39,4	236,2	Макароны отварные	180	
15,3	14,8	3,5	208,6	Гуляш из говядины	90	
0,2	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	30	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2,5	10,1	10,4	143	Салат из белокачанной капусты	100	
20,4	**31,6**	**86**	**746,2**		640	
				Обед		
5,28	8,9	11,48	150,15	Борщ со сметаной	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
10,45	**11,83**	**45,51**	**339,21**		500	
28,59	**29,89**	**128,21**	**921,37**		0	

Меню малоимущие

на " 16. 09.__2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
8,2	6,3	35,9	233,7	Каша гречневая рассыпчатая	150	
16,4	15,7	14,8	265,7	Шницель из говядины	90	
2,8	6,7	2,8	83,3	Салат из капусты с овощами	100	
0,4	0	19,8	80,8	Компот из смеси сухофруктов	200	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	
31,6	**29,1**	**97,9**	**780,7**		**590**	
				Обед		
6,96	11,43	10,83	179,22	Суп с рыбными консервами	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
10,45	**11,82**	**45,51**	**339,21**		500	
30,49	**34,91**	**169,01**	**1236,3**		0	

Меню малоимущие

на "_ 17.__09.__2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
27,2	8,1	33,2	314	Плов из говядины	200	
4,7	3,5	8,9	85,9	Какао с молоком	200	
1,8	5,4	16,6	122,3	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	
0	0	0	0		0	
39,5	**17,8**	**93,3**	**691,2**		**580**	
				Обед		
2,05	3,1	12,58	86,5	Суп картофельный с клецками	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	
5,99	**3,54**	**46,71**	**243,69**		500	
26,25	**21,4**	**132,15**	**836,13**		0	

Меню малоимущие
на "_18. 09.__2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
3,05	10,05	19,32	179,45	Картофельное пюре	180	
13,4	8,28	5,06	147,6	Рыба запеченая в сметанном соусе (минтай)	100	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
0,7	5,4	4	67,1	Винегрет с растительным маслом	60	
0	0	0	0			
20,64	**24,12**	**63,06**	**#ЗНАЧ!**		**530**	
				Обед		
3,98	6,22	6,96	100,91	Щи из свежей капусты со сметаной	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
7,47	**6,61**	**41,64**	**260,9**		500	
27,41	**25,33**	**100,7**	**747,94**		0	