

Утверждаю

Начальник ЛДП

Камалова Ф.Ф.

Меню на 31 мая 2025г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
185	каша артек молочная вязкая	150	6,19	6,87	25,43	203,29
289	какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46
114	хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,84	47
116	хлеб ржаной-пшеничный	15	1,98	0,36	10,2	54,3
0	вода питьевая	200	0	0	0	0
118	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
итого за завтрак		680	13,96	11,59	70,36	463,05
обед						
41	салат студенческий	80	3	8,4	4,9	107
56	борщ с капустой и картофелем	250	2,09	4,49	12,19	95,48
173	каша гречневая рассыпчатая	175	10,18	6,88	46,03	286,49
96	гуляш из отварной говядины	120	22,07	20,79	4,04	268,22
294	компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,04	28,26	116,84
114	хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
116	хлеб ржаной-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3
итого за обед		875	41,32	41,12	115,46	975,33
итого за день		1555	55,28	52,71	185,82	1438,38

Шеф-повар Шархмуллина И.А.