



МЕНЮ
на 12 июля 2026г

Рацион: Центр дневного пребывания 2026г(летний)

День: 7
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
194,05	Каша молочная пшенная жидкая	180/5	7	8	33	233
693,01	Какао с молоком	200	4	4	16	115
70,29	хлеб пшеничный для детского питания	40	3		20	90
67,14	Яблоко	130	1	1	13	61
Итого за Завтрак		555	15	13	82	499
Обед						
78	Икра морковная	60	1	5	6	73
56,02	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	200/5	2	4	11	88
580,01	Гуляш из мяса птицы	100	10	3	2	79
511,09	Рис отварной	180/3	5	3	48	238
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Обед		828	24	15	120	712
Итого за день			39	28	202	1211

Калькулятор *А.А. Саидов*

Повар _____