

Утверждаю

Начальник ЛДП

Галиева А.А.

Меню на 12 июня 2026г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
218	макароны, отварные с овощами	200	6,26	9,35	37,87	265,32
285	чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,03	10,22	41,63
114	хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
116	хлеб ржаной-пшеничный	15	0,99	0,18	5,10	27,15
0	вода питьевая	200	0	0	0	0
итого за завтрак		630	8,53	9,68	60,57	369,35
обед						
99	салат из помидоров с растительным маслом	100	0,78	15,15	2,48	150,98
54	рассольник ленинградский	250	2,65	5,71	13,14	118,96
90	рыба, запеченная с картофелем	235	19,91	14,47	20,44	290,78
	сок в индивид.упаковке	200	1	0,2	20,2	92
538	напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97
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		1035	28,54	36,35	99,1	851,02
итого за день		1665	37,07	46,03	159,67	1220,37

Шеф-повар Шархмуллина И.А.