

Утверждаю

Начальник ЛДП

Галиева А.А. Галиева А.А.

Меню на 18 июня 2026г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
212	макаронные изделия отварные	160	5,86	4,24	38,71	221,77
128	биточки рубленные из мяса птицы со сметанным со	110	15,03	5	2,92	116,95
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
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
итого за завтрак		800	23,56	9,97	74,13	489,75
обед						
13	салат из помидоров с растительным маслом	60	0,52	2,7	2,7	38,25
97	жаркое по-домашнему	200	21,63	18,48	19,3	329,86
65	суп крестьянский с крупой	250	2,16	5,56	12,31	116,9
295	компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	18,89	78,65
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		760	27,97	27,42	73,24	664,96
итого за день		1560	51,53	37,39	147,37	1154,71

Шеф-повар *Шархмуллина И.А.* Шархмуллина И.А.