

Ежедневное меню
основного
(организованного)
питания



15 мая 2025

Завтрак 08:30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	К\кал	Вит С мг
Сырники творожные	140	26,0	19,8	28,4	374	1,7
Соус молочный сладкий	20					
Хлеб с маслом	40	3,9	7,7	23,6	181	0,3
Чай с молоком	180	3,0	2,9	22,9	131,7	0
Второй завтрак 10:30						
Напиток из шиповника	100	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
Обед 12:00						
Салат из припущенной моркови и растительным маслом	50	1,0	2,0	6,0	39,0	10,0
Щи из свежей капусты со сметаной	180	2,2	5,4	12,7	100	0,6
Гуляш из мяса говядины	70	13,1	12,9	6,5	190	-
Греча рассыпчатая со сливочным маслом	130	5,3	3,9	6,5	188	0,3
Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,9	72	50
Хлеб ржаной	35	2,0	3,7	13,2	90	-
Уплотненный полдник 15:30						
Биточки картофельные	130	0,7	4,2	26,4	158	0,3
Соус сметанный	30	32	0	2	1	30
Чай с сахаром	180	0	0	9,1	35	-
Хлеб пшеничный	25	2,0	3,7	13,2	90	-
Вафли	30	0,8	0,9	23,25	106	-
ИТОГО		66,7	75,1	186,4	1653	65

Рекомендации на домашний ужин:
блюда из овощей, кисломолочные продукты
Приятного аппетита!

Стоимость дня 181,71 руб.

Ежедневное меню
основного
(организованного)
питания



15 мая 2025
9 группа

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП Сертификат 69887593354843316134420126408267428494147114542 Владелец Баранова Юлия Александровна Действителен с 21.04.2025 по 21.04.2026	08:30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	К\кал	Вит С м
	Сыр	100	26,0	19,8	28,4	374	1,7
	Соус молочный сладкий	20					
	Хлеб с маслом	25	3,9	7,7	23,6	181	0,3
	Чай с молоком	150	3,0	2,9	22,9	131,7	0
Второй завтрак 10:00							
Напиток из шиповника		100	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
Обед 12:00							
Салат из припущенной моркови с растительным маслом		30	0,3	0,5	0,4	63	0,7
Щи из свежей капусты		150	2,2	5,4	12,7	100	0,6
Фрикадельки из мяса говядины в молочном соусе		50	13,1	12,9	6,5	190	-
Греча рассыпчатая со сливочным маслом		120	5,3	3,9	6,5	188	0,3
Компот из сухофруктов		150	0,5	0	19,9	72	50
Хлеб ржаной		30	2,0	3,7	13,2	90	-
Уплотненный полдник 15:30							
Биточки картофельные		100	0,7	4,2	26,4	158	0,3
Соус сметанный		20	21	0	2	1	20
Чай с сахаром		150	0	0	9,1	35	-
Хлеб пшеничный		25	2,0	3,7	13,2	90	-
Вафли		30	0,8	0,9	23,25	106	-
ИТОГО			66,7	75,1	186,4	1653	65

Рекомендации на домашний ужин:
блюда из овощей, кисломолочные продукты
Приятного аппетита!

Стоимость дня 123,84 руб.