



Туркмен

Меню

Воскресенье (1) 01.02.2026 г.

№ реп	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
340	Омлет натуральный	200/150	11,04	13,65	2,03	174,25
п/п	Икра кабачковая	100/100	2	9	8,6	122
693	Какао с молоком	200/200	5,22	4,58	18,584	132,876
3	Бутерброд	134/114	12,09	16,98	52,495	400,55
	Итого:		30,35	44,21	81,709	829,676
	2 й завтрак					
п/п	Конфета	30/20	0,87	3,21	22,98	118,8
697	Молоко кипяченое	190	5,35	4,75	8,98	98,8
	Итого:		6,22	7,96	31,96	217,6
	Обед					
51	Нарезка из отв.свеклы	100/60	1,2	0	6,48	28,8
139	Суп картоф.с бобовыми	250/250	5,94	7,2	23,1	146,75
431	Печень по-строгановски	100/90	12,934	7,19	4,92	151,58
203	Картофель отварной	180/150	2,93	3,045	28,61	146,79
707	Сок фруктовый	20/2000	1	0	23,4	94
	Хлеб ржано пшеничный	50/35	3,36	0,66	25,95	119,4
	Хлеб пшеничный	60/40	3,8	0,3	26,15	116,5
	Итого:		31,164	18,395	138,61	803,82
	Полдник					
	Яблоки свежие	185/185	0,74	0	20,905	85,1
	Итого:		0,74	0	20,905	85,1
	Ужин					
302	Каша вязкая пшеничная	180/150	4,46	2,55	25,1	133,58
43	Нарезка из свежей капусты	100/60	1,45	3,998	4,61	59,6
726	Блины	100/100	6,19	6,278	62,814	317,48
685	Чай с сахаром	200/200	0,08	0	12,997	49,056
	Хлеб пшеничный	50/35	3,8	0,3	26,15	116,5
	Хлеб ржано пшеничный	60/40	3,36	0,66	25,98	119,4
	Итого:		19,34	13,786	157,651	795,616
	Сбалансировать:		87,814	84,351	430,835	2731,812

Составила: медицинская сестра А.Д. Тапилина А.Д. Тапилина