



Охрименко Р.В.

Меню

Воскресенье (2) 13.09.2026 г

№ реп	Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
340	Омлет натуральный	105/105	10,872	13,06	2,022	169,44
п/п	Икра кабачковая	60/100	2	9	8,5	122
3	Бутерброд с сыром и маслом	114/134	12,09	17,185	48,795	405,55
693	Какао с молоком	200/200	5,1904	5,81	22,5318	159,02
	итого:		30,1524	45,055	81,8488	856,01
	2 й завтрак					
698	Яблоки свежие	185/185	0,74	0,74	18,13	83,25
	Итого:		0,74	0,74	18,13	83,25
	Обед					
45	Квашеная капуста	100/100	1,638	8,991	2,002	98,2
139	Суп картофельный с бобовыми	250/250	5,91	4,155	20,005	142,95
439	Печень ,тушеная в соусе	90/100	13,308	10,077	3,998	160,41
332	Макароны отварные	150/180	7,328	5,12	48,868	275,56
707	Сок фруктовый	200/200	1	0	18,2	76
	Хлеб ржано пшеничный	40/60	4,14	0,72	25,44	128,4
	хлеб пшеничный	35/50	3,8	0,4	24,3	114
	итого:		37,124	29,463	142,813	995,52
	Полдник					
п/п	Конфета	20/30	0,87	5,21	22,98	118,8
	Итого:		0,87	5,21	22,98	118,8
	Ужин					
361	Каша рисовая молочная	200/200	5,824	6,835	21,207	169,51
726	Блины	100/100	5,7035	9,4542	39,5189	268,635
п/п	Повидло	20/30	0,12	0	20,64	79,5
685	Чай с сахаром	200/200	0,4	0	10,118	40,08
	Хлеб пшеничный	40/60	3,8	0,4	24,3	114
	Хлеб ржано пшеничный	35/50	4,14	0,72	25,44	128,4
	итого		19,9875	17,4092	141,224	800,125
	Сбалансировать		88,87	95,88	406,996	2853,705

Составила: медицинская сестра  Тапилина А.Д.