

**МЕНЮ на 23.04.2026**

Но- мер	Наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
<b>Завтрак</b>									
7/4-1.	Каша манная молочная с маслом	200	5,78	4,09	5,81	0,2	24,12	170,03	0,73
12/7-1	Кофейный напиток с молоком (молоко)	200	3,01	2,9	2,26	0,07	13,45	83,811	0,52
1/5	Яйцо отварное	20	2,54	2,54	2,3	0	0,14	31,392	0
-	Батон	35	2,7	0	1,05	1,05	18,66	94,332	0
	Масло сливочное	6	0,05	0,05	4,35	0	0,08	39,638	0
6/11	Яблоки свежие	130	0,52	0	0,52	0,52	15,08	63,284	13
<b>Обед</b>									
11/12	Салат из свежих овощей (2 вариант)	60	0,52	0	4,98	4,98	2,39	55,582	9,8
3/13.	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	200	4,62	2,92	3,59	0,22	12,68	100,57	1,25
2/6-1.	Рыба, тушенная с овощами 2 вариант	110	21,99	21,66	12,18	5,31	2,73	206,9	0,43
24/3	Каша рисовая рассыпчатая	130	3,18	0,03	2,91	0,45	33,48	173,34	0
19/15	Кисель из апельсинов	180	0,18	0	0,04	0,04	25,04	97,657	4,75
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	20,85	96,69	0
<b>Полдник</b>									
13/7-1	Молоко кипяченое (молоко Урай)	200	5,75	6,12	4,64	0	9,22	100,44	1,1
2/17-1	Булочка сдобная с сыром (молоко)	60	7,02	4,25	5,81	0,59	23,54	174,62	0,03
<b>Ужин</b>									
6/12	Огурцы свежие (для салата)	40	0,31	0	0,04	0,04	1,37	6,2446	3,92
8/16-1	Картофель по-польски (молоко Урай)	200	5,76	2,45	6,42	0,52	27,54	189,94	3,89
16/7.2	Чай 3 вариант	190	0,15	0	0,04	0,04	9,4	36,522	0
-	Хлеб пшеничный	35	2,31	0	0,2	0,2	18,13	83,76	0