



СОГЛАСОВАНО  
Генеральный директор  
Штурмин М.Е.



# ООО "ВИНЕГРЕТ"

## Меню

на "23" марта 2026 г. (1 день)

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>				
1	Каша овсяная молочная с маслом 1/150/180	150/180	162,023	194,428
2	Хлеб пшеничный с маслом 1/20/10, 1/30/10	30/40	114,41	138,51
3	Кофейный напиток с молоком 1/180	180/180	98,976	98,976
	Итого:	360/400	375,409	431,914
<b>Завтрак 2</b>				
1	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100/100	39,3	39,3
	Итого:	100/100	39,3	39,3
<b>Обед</b>				
1	Овощи конс. Лечо 1/30/50	30/50	10,92	18,2
2	Суп картофельный с рисом на бульоне 1/150, 1/180	150/180	99,273	119,128
3	Капуста тушеная с мясом 1/150/180	150/180	225,022	270,026
4	Кисель из сухофруктов 1/150/180	150/180	99,468	119,362
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/40/50	40/50	96,4	120,5
	Итого:	520/640	531,083	647,216
<b>Полдник</b>				
1	Чай заварной с сахаром 1/150/200	150/200	45,691	60,921
2	Оладьи 1/50	50/50	117,283	117,283
	Итого:	200/250	162,974	178,204
<b>Ужин</b>				
1	Яйцо вареное шт 1/40	40/40	62,84	62,84
2	Макароны отварные с сыром 1/130/10, 1/150/10	140/160	210,84	285,663
3	Чай заварной с сахаром 1/180, 1/200	180/200	54,829	60,921
4	Хлеб пшеничный 1/40, 1/50	40/50	120,5	120,5
	Итого:	400/450	449,009	529,924
	Всего:	1580/1840	1557,775	1826,558