



Неунывалова Е.Л.

ООО "ВОЛГА"

Меню

на "05" декабря 2025 г. (10 день)

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Калорийность , ккал
Завтрак				
1	Каша пшеничная молочная с маслом 1/150	150/150	170,573	170,573
2	Бутерброд с маслом и сыром 1/30/5/15	50/50	155,505	155,505
3	Какао с молоком 1/150, 1/200	150/200	89,967	119,956
	Итого	350/400	416,045	446,034
Завтрак 2				
1	Сок фруктовый в ассортименте 1/150/180	150/180	67,202	80,642
	Итого	150/180	67,202	80,642
Обед				
1	Салат из свеклы с маслом 1/50	50/50	55,33	55,33
2	Суп картофельный с рыбными фрикадельками 1/150, 1/180	150/180	86,302	103,562
3	Котлета Столичная 1/70	70/70	226,779	226,779
4	Рис отварной с маслом 1/120/130	120/130	174,556	189,103
5	Кисель из сухофруктов 1/150/180	150/180	99,468	119,362
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20/20	48,2	48,2
7	Хлеб пшеничный 1/20	20/20	48,2	48,2
	Итого	580/650	738,835	790,536
Полдник				
1	Молоко кипяченое 1/150, 1/200	150/200	79,95	106,6
2	Булочка сдобная 1/60	60/60	240,324	240,324
	Итого	210/260	320,274	346,924
Ужин				
1	Фрукты свежие по сезону (у) 1/100	100/100	39,3	39,3
2	Вареники ленивые со сладким сметанным соусом 1/120/30 1/160/30	150/190	279,355	361,841
3	Чай заварной с сахаром 1/180, 1/200	180/200	54,829	60,921
	Итого	430/490	373,484	462,062
	Всего:	1720/1980	1915,84	2126,198