



Неунывалова Е.Л.

ООО "ВОЛГА"

Меню

на "08" декабря 2025 г. (1 день)

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Калорийность , ккал
Завтрак				
1	Каша манная молочная с маслом 1/150	150/150	134,618	134,618
2	Бутерброд с маслом и сыром 1/30/5/15	50/50	155,505	155,505
3	Кофейный напиток с молоком 1/150/200	150/200	74,232	98,976
	Итого	350/400	364,356	389,1
Завтрак 2				
1	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100/100	39,3	39,3
	Итого	100/100	39,3	39,3
Обед				
1	Салат из свежей капусты с морковью 1/50	50/50	34,804	34,804
2	Суп гороховый на бульоне с сухариками 1/150/180/10	160/190	149,364	172,165
3	Биточек мясной 1/70	70/70	238,039	238,039
4	Картофельное пюре с маслом 1/120/130	120/130	116,199	125,882
5	Компот из яблок 1/150,1/180	150/180	51,12	61,344
6	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином 1/20	20/20	48,2	48,2
7	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином 1/20	20/20	48,2	48,2
	Итого	590/660	685,925	728,634
Полдник				
1	Булочка сдобная 1/60	60/60	240,324	240,324
2	Молоко кипяченое 1/150/200	150/200	79,95	106,6
	Итого	210/260	320,274	346,924
Ужин				
1	Салат из моркови с маслом 1/50	50/50	34,204	34,204
2	Омлет 1/120,1/150	120/150	156,353	195,441
3	Чай заварной с сахаром 1/180,1/200	180/200	54,829	60,921
4	Хлеб пшеничный 1/50	50/50	120,5	120,5
	Итого	400/450	365,886	411,066
	Всего	1650/1870	1775,741	1915,024