



Р.И. Гарифуллин

МЕНЮ на «24» января 2026г.

Суббота (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Салат из отварной свеклы	60	74-77	0,84	3,61	4,96	55,68
	Биточки рыбные со сметанным соусом	75/25		9,50	6,35	12,48	152,03
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,08	6,25	20,47	150,45
	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,10	17,90	74,60
	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
	Итого	538		15,48	16,51	68,10	491,51
		Выход					
		5-11кл					
2	Салат из квашенной капусты	100	69-70	1,71	5,00	8,46	85,70
	Биточки рыбные со сметанным соусом	75/25		9,50	6,35	12,48	152,03
	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/5		3,71	9,38	24,59	197,70
	Сок разливной	200		1,00	0,00	20,02	84,44
	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого	660		21,41	21,95	92,46	656,32
		Выход					
3	Печенье (крекер)	30	10-30	2,25	2,94	22,30	125,1
	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,12	0,03	10,16	41,70
	Итого	230		2,4	3,0	32,5	166,8