

СОГЛАСОВАНО: Директор

Директор



МЕНЮ
ДАТА 4.09.2026

Дети 12 лет и старше

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины				Микроэлементы			
							B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак														
Сыр (порциями)	15	13,28	58	3,69	4,74		0,01	0,04	0,09	0,09	139,50	97,50	6,75	0,12
Каша рассыпчатая (гречневая, с маслом))	200	14,97	350	11,06	11,94	49,83	0,26	0,05		0,63	32,99	262,94	175,65	5,91
Какао с молоком	200	9,12	119	4,08	3,54	17,58	0,06	0,02	1,59		152,22	124,56	21,34	0,48
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30	43,00	264,00	77,00	5,00
Яблоки	100	14	44	0,40	0,40	9,80	0,03		165,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого -	555	54,24	767	27,73	22,22	114,21	0,63	0,11	166,68	2,22	383,71	760,00	289,74	13,71
Обед														
Салат из белокочанной капусты	100	5,68	60	1,31	3,25	6,47	0,02		17,10	8,43	24,97	28,31	15,09	0,47
Рассольник ленинградский	260	18,97	163	6,16	7,54	17,71	0,08	135,20	7,20		27,30	66,82	25,74	0,92
Плов с курицей	200	58,44	315	27,30	8,10	33,20	0,08	147,00	2,36		20,00	234,00	108,00	2,00
Чай с лимоном	200/15/7	4,49	62	0,13	0,02	15,20			2,83	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30	33,00	194,00	57,00	4,50
Итого -	842	91,88	793	42,60	20,31	109,98	0,38	282,20	29,49	10,74	119,47	527,53	208,23	8,25
Итого за день	1397	146,12	1 560	70,33	42,53	224,19	1,01	282,3 1	196,1 7	12,96	503,1 8	1 287, 52	497,9 7	21,96

Составитель Директор

/Рубцова О.О.