



Меню 16 июня 2026 г.

Пищевые в-ва			Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.				
<u>Дети 7-11 лет</u>						
Завтрак						
2,18	9,25	13,88	148,55	Бутерброд с маслом(батон)	10/25	25-91
17,05	11,66	9,42	209,43	Биточки рыбные(паровые) из горбуши с отрубями,маслом	90/5	104-45
2,76	7,07	14,99	135,67	Рагу из овощей	150	26-42
0,11		15,18	58,28	Чай с сахаром, лимоном	207	7-32
0,48		13,56	55,2	Фрукты свежие (яблоко)	120	23-04
1,6	0,2	9,6	48	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-89
1,6	0,2	9,3	46	Хлеб ржаной	20	1-89
ИТОГО						190-92
Обед						
0,54	9,99	2,61	102,48	Салат из помидоров с льняным маслом	100	46-61
1,8	5,13	8,93	89,96	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	17-99
20,93	5,06	5	163,96	Курица в кисло-сладком соусе	70/30	72-54
5,62	4,89	36,45	212,38	Макаронные изделия отварные Ассорти	150	22-76
2,8	3,2	4,7	59	Молочко витаминизированное	200	30-36
0,63		18,95	99,27	Напиток из плодов шиповника	200	6-13
3,2	0,4	19,2	96	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3-78
2,4	0,3	13,95	69	Хлеб ржаной	30	2-83
ИТОГО						203-00
Итого за день дети 7-11 лет						393-92
<u>Дети 12 и старше</u>						
Завтрак						
4,86	11,98	13,88	184,65	Бутерброд с маслом,сыром(батон)	10/10/25	38-34
23,18	6,83	0,01	154,97	Рыба припущенная (филе горбуши)	100	143-92
3,31	8,5	17,91	162,63	Рагу из овощей	180	31-69
0,05		14,93	57,35	Чай с сахаром	200	3-03
3,2	0,4	19,2	96	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3-78
2,4	0,3	13,95	69	Хлеб ржаной	30	2-83
ИТОГО						223-59
Обед						
1,8	5,13	8,93	89,96	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	17-99
20,93	5,06	5	163,96	Курица в кисло-сладком соусе	70/30	78-15
6,75	5,87	43,74	254,86	Макаронные изделия отварные Ассорти	180	27-31
2,8	3,2	4,7	59	Молочко витаминизированное	200	30-36
0,63		18,95	99,27	Напиток из плодов шиповника	200	6-13
5,6	0,7	33,6	168	Хлеб пшеничный витаминизированный	70	6-61
3,2	0,4	18,6	92	Хлеб ржаной	40	3-78
ИТОГО						170-33
Итого за день дети 12 и старше						393-92

Экономист _____

Аверина С. И.

Зав. производством _____

Голубкова О. А.

