Меню

дата **09.11.2026**

Прием пищи	Возрастная категория / Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества: белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Возрастная категория	**12 лет и старше**					
День 3	**ЗАВТРАК**						
	Бутерброды с повидлом	105	3,40	12,50	50,90	326,00	816
	Каша "Дружба" на сгущенном молоке	230	7,46	11,14	28,84	244,41	505
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,20	14,80	87,00	404
	Хлеб ржаной витаминизированный	40	3,32	0,60	19,20	108,60	б/н
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	5,08	0,80	22,16	120,60	б/н
итого	**ЗА ЗАВТРАК**	**615**	**22,06**	**27,24**	**135,9**	**886,61**	
	ОБЕД						
	Салат из разных овощей	100	1,49	15,18	7,87	84	111
	Рассольник Ленинградский	250	1,87	4,64	13,75	125,53	104
	Суфле "Рыбка" с рисом	100	15,83	10,67	15,22	221,67	215
	Картофель отварной с маслом	225	4,30	4,90	32,40	195,00	311
	Кисель витаминизированный из концентрата	200	0,181	0,180	28,400	111,390	403
	Хлеб ржаной витаминизированный	40	3,32	0,60	19,20	108,60	б/н
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2,54	0,40	11,08	60,30	б/н
итого	**ЗА ОБЕД**	**935**	**29,531**	**36,57**	**127,92**	**906,49**	
	ПОЛДНИК						
	Сок	200	8,25	8,53	20,20	158,80	б/н
	Фрукты свежие	185	0,74	0,00	17,76	74,00	б/н
итого	**ЗА ПОЛДНИК**	**385**	**8,99**	**8,53**	**37,96**	**232,8**	
	УЖИН						
	Салат из свеклы "Бурячок"	100	1,05	15,07	5,77	103	709
	Плов из курицы	270	22,5	34,2	47,2	528,12	228
	Чай с сахаром и молоком (200/15)	215	1,52	1,35	15,90	81,00	415
	Хлеб ржаной витаминизированный	40	3,32	0,60	19,20	108,60	б/н
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	5,08	0,80	22,16	120,60	б/н
итого	**ЗА УЖИН**	**665**	**33,47**	**52,02**	**110,23**	**941,32**	
	2 УЖИН						
	Кисломолочная пищевая продукция	100	2,80	2,40	15,00	92,00	б/н
	Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0,0	15,0	58,0	411
итого	**ЗА 2 УЖИН**	**315**	**3,000**	**2,400**	**30,000**	**150,000**	
итого	**ЗА ДЕНЬ**	**2915**	**97,051**	**126,76**	**442,01**	**3117,22**	

Согл: директор

Согл: повар