

МЕНЮ

19 ЯНВАРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"		155	6,2	7,9	25,7	199,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	3,0	14,9	103,2
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	3,0	14,0	88,8
		11,6	13,9	54,6		391,0
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100			10,7	43,7
					10,7	43,7
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		180	7,1	12,6	10,0	177,2
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЕ		50/5	12,9	7,7	0,7	114,0
РИС ОТВАРНОЙ		110	2,7	4,3	26,8	157,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА)		180	0,2	0,1	16,7	70,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
		24,9	25,0	66,9		580,6
Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		180	4,1	3,5	15,6	111,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180			8,2	33,1
БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ		50	4,3	1,6	30,3	152,5
			8,4	5,1	54,1	297,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		44,9	44,0	186,3		1 312,5

МЕНЮ

19 ЯНВАРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	8,1	9,7	31,8	241,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,3	3,3	16,6	114,6	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	3,0	14,0	88,8	
	13,9	16,0	62,4	444,8		
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100			10,7	43,7	
				10,7	43,7	
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	7,9	14,1	11,2	197,4	
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЕ	70/5	18,0	9,1	0,9	146,7	
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,2	5,1	31,6	185,8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА)	200	0,2	0,1	18,5	78,8	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
	32,0	28,8	79,2	690,3		
Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,6	3,9	17,4	124,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,1	36,6	
БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	4,3	1,6	30,3	152,5	
	8,9	5,5	56,8	313,1		
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	54,8	50,3	209,1	1 491,9		