

МЕНЮ

13 МАЯ 2026 Г.

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | | 155 | 5,4 | 6,3 | 26,9 | 188,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С | | 180 | 3,1 | 2,3 | 15,5 | 94,4 |
| ВАФЛИ | | 20 | | | | |
| | | | 8,5 | 8,6 | 42,4 | 282,4 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЙОГУРТ | | 100 | 3,1 | 2,4 | 10,7 | 321,1 |
| | | | 3,1 | 2,4 | 10,7 | 321,1 |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | 180/7 | 7,8 | 15,6 | 19,1 | 243,1 |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ | | 50 | 6,3 | 4,2 | 7,8 | 93,8 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ | | 30 | 0,3 | 1,2 | 2,1 | 19,3 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ | | 110 | 3,7 | 0,4 | 26,9 | 127,0 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ | | 180 | 0,5 | 0,1 | 28,5 | 117,9 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| | | | 20,6 | 21,8 | 97,1 | 662,3 |
| Полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С | | 150/20 | 3,6 | 4,3 | 43,5 | 227,9 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ И ЯГОД ЧЕРНАЯ (СМОРОДИНА) | | 180 | 0,2 | 0,1 | 25,0 | 102,4 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| | | | 6,2 | 4,7 | 83,2 | 401,7 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 38,4 | 37,5 | 233,4 | 1 667,5 |

МЕНЮ

13 МАЯ 2026 г.

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | | 200 | 7,0 | 8,1 | 34,7 | 242,6 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С | | 200 | 3,4 | 2,5 | 17,2 | 104,7 |
| ВАФЛИ | | 30 | | | | |
| | | | 10,4 | 10,6 | 51,9 | 347,3 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЙОГУРТ | | 100 | 3,1 | 2,4 | 10,7 | 321,1 |
| | | | 3,1 | 2,4 | 10,7 | 321,1 |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | 200/10 | 8,7 | 17,7 | 21,3 | 273,5 |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ | | 70 | 8,8 | 5,9 | 10,9 | 131,4 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ | | 50 | 1,3 | 4,1 | 8,0 | 70,1 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ | | 130 | 4,4 | 0,5 | 31,8 | 150,1 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 40 | 2,7 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ | | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131,0 |
| | | | 26,5 | 28,7 | 120,7 | 837,7 |
| Полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С | | 200/30 | 4,7 | 5,6 | 58,9 | 305,2 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ И ЯГОД (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА) | | 200 | 0,2 | 0,1 | 27,7 | 113,8 |
| БАТОН ПРОСТОЙ | | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95,2 |
| | | | 8,1 | 6,1 | 106,2 | 514,2 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 48,1 | 47,8 | 289,5 | 2 020,3 |