

# МЕНЮ

26 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" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	155		5,8	7,1	22,9	174,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,1		10,0	41,6
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	3,0	14,0	88,8
			7,4	10,1	46,9	304,9
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4		11,3	46,0
			0,4		11,3	46,0
Обед						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180		3,5	3,4	13,6	99,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160		19,2	16,6	19,8	300,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180		0,4	0,2	32,5	129,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,9	0,3	12,3	59,4
			25,0	20,5	78,2	588,3
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ	150		4,6	3,8	32,9	174,5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ ЖИРНОСТЬЮ 8,5	7		0,3	0,6	3,8	21,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,8	2,2	13,9	86,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30		2,3	0,3	14,3	69,3
			10,0	6,9	64,9	352,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,8	37,5	201,3	1 291,2

# МЕНЮ

26 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" И	200	7,4	9,1	29,6	225,0	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		11,1	46,1	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	3,0	14,0	88,8	
		9,0	12,1	54,7	359,9	
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5		13,6	55,2	
		0,5		13,6	55,2	
Обед						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	3,7	3,8	15,8	112,8	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	24,0	22,7	24,8	389,2	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131,0	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
		31,0	27,0	89,3	714,6	
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ	200	7,3	13,1	43,8	323,2	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ ЖИРНОСТЬЮ 8,5	10	0,5	0,8	5,4	31,1	
БАТОН ПРОСТОЙ	40	3,1	0,4	19,1	92,3	
		14,0	16,7	83,7	542,5	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		54,5	55,8	241,3	1 672,2	