

# МЕНЮ

1 СЕНТЯБРЯ 2025 г.

| Наименование блюда                               | Выход     |             | Химический состав |            |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------------------------|-----------|-------------|-------------------|------------|-------------|-------------------------------------|
|                                                  | Брутто, г | Нетто,<br>г | Белки, г          | Жиры,<br>г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                          |           |             |                   |            |             |                                     |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>И<br>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<br>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

1 СЕНТЯБРЯ 2025 г.

| Наименование блюда                | Выход     |             | Химический состав |            |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------|-----------|-------------|-------------------|------------|-------------|-------------------------------------|
|                                   | Брутто, г | Нетто,<br>г | Белки, г          | Жиры,<br>г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                           |           |             |                   |            |             |                                     |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>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<br>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<br>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                             |