

## МЕНЮ

23 ЯНВАРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША "ДРУЖБА"		155	5,0	7,0	20,7	160,6
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,9	3,0	14,9	103,2
ПРЯНИКИ		20				
			8,9	10,0	35,6	263,8
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100			11,0	45,0
					11,0	45,0
<b>Обед</b>						
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		180	8,2	15,0	11,6	213,7
РЫБА ОТВАРНАЯ		50	9,2	3,4	0,4	65,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,4	3,6	18,8	109,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)		180	0,1		24,9	99,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
			21,9	22,3	68,4	549,7
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		150	14,5	10,1	19,5	222,9
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ ЖИРНОСТЬЮ 8,5		7	0,3	0,6	3,8	21,8
ЧАЙ С САХАРОМ		180			8,2	33,1
БАТОН ПРОСТОЙ		30	2,4	0,3	14,7	71,4
			17,2	11,0	46,2	349,2
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>48,0</b>	<b>43,3</b>	<b>161,2</b>	<b>1 207,7</b>	

# МЕНЮ

23 ЯНВАРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША "ДРУЖБА"	200	6,2	10,0	26,8	224,0	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,3	3,3	16,6	114,6	
ПРЯНИКИ	30					
		10,5	13,3	43,4	338,6	
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100			10,7	43,7	
				10,7	43,7	
<b>Обед</b>						
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	9,0	16,5	12,9	236,4	
РЫБА ОТВАРНАЯ	70	12,9	4,7	0,6	91,3	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,8	4,3	22,2	129,3	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200	0,2		27,7	111,0	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
		27,6	25,9	80,4	649,6	
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	19,3	13,5	26,1	298,1	
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ ЖИРНОСТЬЮ 8,5	7	0,3	0,6	3,8	21,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,1	36,6	
БАТОН ПРОСТОЙ	40	3,2	0,4	19,6	95,2	
		22,8	14,5	58,6	451,7	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>60,9</b>	<b>53,7</b>	<b>193,1</b>	<b>1 483,6</b>	