

# МЕНЮ

22 ЯНВАРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	155		5,7	6,6	23,2	171,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180				8,2	33,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30		1,8	6,3	11,4	102,9
			7,5	12,9	42,8	307,1
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180/7		7,6	14,3	15,2	217,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160		10,7	12,5	8,9	189,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА)	180		0,4	0,1	16,5	71,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			20,7	27,2	53,3	538,9
Полдник						
КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	130/5		4,1	4,8	31,4	174,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,1		10,0	41,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
			6,5	5,0	56,5	287,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,2	45,6	173,6	1 229,3

# МЕНЮ

22 ЯНВАРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		7,4	8,5	29,9	220,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200				9,1	36,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		1,7	16,6	10,3	179,8
			9,1	25,1	49,3	437,1
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	150		2,3	0,8	31,5	144,0
			2,3	0,8	31,5	144,0
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10		8,5	16,2	16,9	244,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200		13,4	15,6	11,1	236,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА)	200		0,4	0,2	18,4	79,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
			25,0	32,4	63,4	641,5
Полдник						
КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150/7		4,7	6,5	36,1	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,1		11,1	46,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,3	20,1	94,7
			7,9	6,8	67,3	349,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,3	65,1	211,5	1 571,9