

# МЕНЮ

15 ДЕКАБРЯ 2025 г.

| Наименование блюда                                         | Выход        |             | Химический состав |            |                | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------------|--------------|-------------|-------------------|------------|----------------|-------------------------------------|
|                                                            | Брутто,<br>г | Нетто,<br>г | Белки, г          | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                                     |
| Завтрак                                                    |              |             |                   |            |                |                                     |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"                                    | 155          | 6,2         | 7,9               | 25,7       | 199,0          |                                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                            | 180          | 3,9         | 3,0               | 14,9       | 103,2          |                                     |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                    | 20           | 1,5         | 3,0               | 14,0       | 88,8           |                                     |
|                                                            |              | 11,6        | 13,9              | 54,6       | 391,0          |                                     |
| II Завтрак                                                 |              |             |                   |            |                |                                     |
| СОК ФРУКТОВЫЙ                                              | 100          |             |                   | 10,7       | 43,7           |                                     |
|                                                            |              |             |                   | 10,7       | 43,7           |                                     |
| Обед                                                       |              |             |                   |            |                |                                     |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ                                              | 180          | 7,1         | 12,6              | 10,0       | 177,2          |                                     |
| СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ<br>ГОВЯДИНЫ<br>ПАРОВОЕ                   | 50/5         | 12,9        | 7,7               | 0,7        | 114,0          |                                     |
| РИС ОТВАРНОЙ                                               | 110          | 2,7         | 4,3               | 26,8       | 157,3          |                                     |
| КОМПОТ ИЗ<br>СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ<br>ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА) | 180          | 0,2         | 0,1               | 16,7       | 70,9           |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30           | 2,0         | 0,3               | 12,7       | 61,2           |                                     |
|                                                            |              | 24,9        | 25,0              | 66,9       | 580,6          |                                     |
| Полдник                                                    |              |             |                   |            |                |                                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ                 | 180          | 4,1         | 3,5               | 15,6       | 111,6          |                                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                              | 180          |             |                   | 8,2        | 33,1           |                                     |
| БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ                                           | 50           | 4,3         | 1,6               | 30,3       | 152,5          |                                     |
|                                                            |              | 8,4         | 5,1               | 54,1       | 297,2          |                                     |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                             |              | 44,9        | 44,0              | 186,3      | 1 312,5        |                                     |

# МЕНЮ

15 ДЕКАБРЯ 2025 г.

| Наименование блюда                                         | Выход        |             | Химический состав |            |                | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------------|--------------|-------------|-------------------|------------|----------------|-------------------------------------|
|                                                            | Брутто,<br>г | Нетто,<br>г | Белки, г          | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                                     |
| Завтрак                                                    |              |             |                   |            |                |                                     |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"                                    | 200          |             | 8,1               | 9,7        | 31,8           | 241,4                               |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                            | 200          |             | 4,3               | 3,3        | 16,6           | 114,6                               |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                    | 20           |             | 1,5               | 3,0        | 14,0           | 88,8                                |
|                                                            |              |             | 13,9              | 16,0       | 62,4           | 444,8                               |
| II Завтрак                                                 |              |             |                   |            |                |                                     |
| СОК ФРУКТОВЫЙ                                              | 100          |             |                   |            | 10,7           | 43,7                                |
|                                                            |              |             |                   |            | 10,7           | 43,7                                |
| Обед                                                       |              |             |                   |            |                |                                     |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ                                              | 200          |             | 7,9               | 14,1       | 11,2           | 197,4                               |
| СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ<br>ГОВЯДИНЫ<br>ПАРОВОЕ                   | 70/5         |             | 18,0              | 9,1        | 0,9            | 146,7                               |
| РИС ОТВАРНОЙ                                               | 130          |             | 3,2               | 5,1        | 31,6           | 185,8                               |
| КОМПОТ ИЗ<br>СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ<br>ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА) | 200          |             | 0,2               | 0,1        | 18,5           | 78,8                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 40           |             | 2,7               | 0,4        | 17,0           | 81,6                                |
|                                                            |              |             | 32,0              | 28,8       | 79,2           | 690,3                               |
| Полдник                                                    |              |             |                   |            |                |                                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ                 | 200          |             | 4,6               | 3,9        | 17,4           | 124,0                               |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                              | 200          |             |                   |            | 9,1            | 36,6                                |
| БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ                                           | 50           |             | 4,3               | 1,6        | 30,3           | 152,5                               |
|                                                            |              |             | 8,9               | 5,5        | 56,8           | 313,1                               |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                             |              |             | 54,8              | 50,3       | 209,1          | 1 491,9                             |