МЕНЮ

3 НОЯБРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	155		6,8	7,1	26,9	199,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,8	2,2	13,9	86,4
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		4,7	8,7	7,4	123,4
			14,3	**18,0**	**48,2**	**408,8**
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,4		11,3	46,0
			0,4		**11,3**	**46,0**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180		14,2	13,9	18,7	251,8
КУРА ОТВАРНАЯ	50		9,1	7,8	0,7	109,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,4	3,6	18,8	109,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ПЛОДОВ (ВИШНЯ)	180		0,3	0,1	17,7	74,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			28,0	**25,7**	**68,6**	**605,7**
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130		7,8	10,3	4,4	137,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,1		10,0	41,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1
			10,2	**10,5**	**29,5**	**250,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**52,9**	**54,2**	**157,6**	**1 310,5**

МЕНЮ

3 НОЯБРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200		8,8	9,2	34,7	256,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		3,1	2,4	15,4	95,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50		6,7	12,4	10,6	175,8
			18,6	**24,0**	**60,7**	**528,4**
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120		0,5		13,6	55,2
			0,5		**13,6**	**55,2**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200		15,7	15,4	20,8	278,8
КУРА ОТВАРНАЯ	70		12,7	10,9	0,9	152,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,8	4,3	22,2	129,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ПЛОДОВ (ВИШНЯ)	200		0,3	0,1	19,6	82,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,7	0,4	17,0	81,6
			34,2	**31,1**	**80,5**	**724,8**
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		9,0	11,9	5,1	158,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,1		11,1	46,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,3	20,1	94,7
			12,2	**12,2**	**36,3**	**299,2**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**65,5**	**67,3**	**191,1**	**1 607,6**