

Пищеблок

Дети 12 и старше СанПин16

МЕНЮ

21.06.2026 воскресенье



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	839	26,03	30,65	114,69	1,65	
Каша вязкая молочная Геркулесовая	373	9,15	15,14	49,93	0,65	250
Масло сливочное 72,5% (порционно)	53	0,06	5,85	0,10		10
Сыр полутвердый Российский (порциями)	58	4,42	4,51		0,48	17
Кофейный напиток с молоком	137	3,29	3,45	23,12	0,52	200
Хлеб пшеничный	157	6,80	1,28	29,60		80
Хлеб ржаной	61	2,31	0,42	11,94		35
Завтрак-2	218	3,31	4,86	40,37	14,00	
Драники	133	2,55	4,86	19,80	10,00	100
Сок фруктовый	85	0,76		20,57	4,00	200
Обед	1066	36,36	36,17	148,91	33,65	
Щи из свежей капусты с картофелем	102	2,04	6,32	9,15	12,46	250
Вразы рыбные рубленые	268	14,20	17,99	12,23	1,17	110
Пюре картофельное	160	3,67	5,46	24,10	12,46	180
Свекольная икра	92	2,25	3,84	12,24	7,40	100
Компот из смеси сухофруктов	109	0,42		26,90	0,16	200
Хлеб пшеничный	196	8,50	1,60	37,00		100
Хлеб ржаной	139	5,28	0,96	27,29		80
Полдник	564	9,93	13,75	100,24	517,98	
Пирожки песочные с яблоками	291	5,19	9,12	47,02	22,46	100
Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200
Сезонные фрукты	133	1,20	1,20	29,40	495,00	300
Ужин-1	980	47,86	38,59	109,76	41,76	
Целый цыпленок из птицы	687	38,17	37,00	50,23	2,16	100\200
Томидоры свежие	20	1,03	0,18	3,46	10,00	100
Сок фруктовый	86	0,76		20,56	29,60	200
Хлеб пшеничный	126	5,59	0,99	23,57		70
Хлеб ржаной	61	2,31	0,42	11,94		35
Ужин-2	208	5,84	6,40	31,69	1,40	
Кефир	113	5,60	6,40	8,20	1,40	200
Дефир	95	0		23		30
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	3 875	129	130	546	610	

Составитель

технолог
(должность)

Тиликина А.А.
(ФИО)