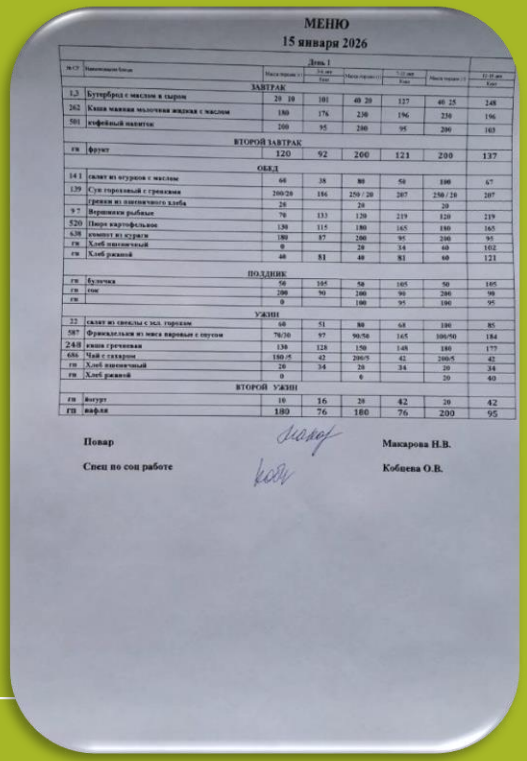
Завтрак



Полдник





МЕНЮ

15 января 2026

День 1

№ СТ	Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
	ЗАВТРАК							
1,3	Бутерброд с маслом и сыром	20 10	101	40 20	127	40 25		248
262	Каша манная молочная жидкая с маслом	180	176	230	196	230		196
501	кофейный напиток	200	95	200	95	200		103
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
гн	фрукт	120	92	200	121	200		137
	ОБЕД							
14 1	салат из огурцов с маслом	60	38	80	50	100		67
139	Суп гороховый с гренками	200/20	186	250 / 20	207	250 / 20		207
	гренки из пшеничного хлеба	20		20		20		
9 7	Вершники рыбные	70	133	120	219	120		219
520	Пюре картофельное	130	115	180	165	180		165
638	компот из кураги	180	87	200	95	200		95
гн	Хлеб пшеничный	0		20	34	60		102
гн	Хлеб ржаной	40	81	40	81	60		121
	ПОЛДНИК							
гн	булочка	50	105	50	105	50		105
гн	сок	200	90	200	90	200		90
гн		0		100	95	100		95
	УЖИН							
22	салат из свеклы с зел. горошком	60	51	80	68	100		85
587	Фрикадельки из мяса паровые с луком	70/30	97	90/50	165	100/50		184
248	каша гречневая	130	128	150	148	180		177
686	Чай с сахаром	180 /5	42	200/5	42	200/5		42
гн	Хлеб пшеничный	20	34	20	34	20		34
гн	Хлеб ржаной	0		6		20		60
	ВТОРОЙ УЖИН							
гн	йогурт	10	16	20	42	20		42
гн	вафля	180	76	180	76	200		95

Повар Макарова Н.В.

Спец по соц работе Кобцева О.В.

Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин





Приятного аппетита!