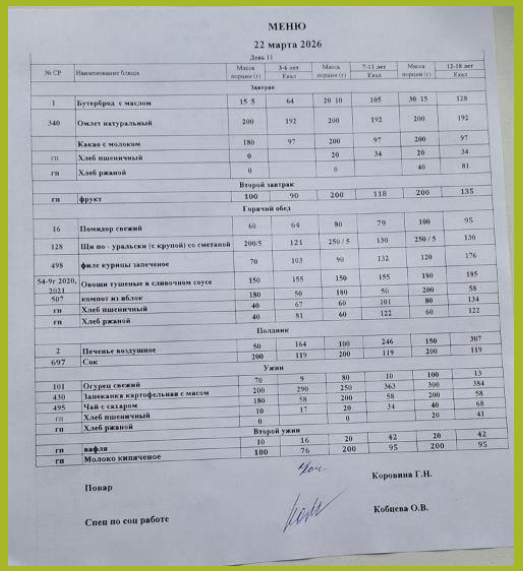
## Завтрак



## Полдник





МЕНЮ

22 марта 2026

День 11

| № СР | Наименование блюда | 3-6 лет | | 7-11 лет | | 12-18 лет | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Масса порции (г) | Ккал | Масса порции (г) | Ккал | Масса порции (г) | Ккал |
| | Завтрак | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с маслом | 15 5 | 64 | 20 10 | 105 | 30 15 | 128 |
| 340 | Омлет натуральный | 200 | 192 | 200 | 192 | 200 | 192 |
| | Какао с молоком | 180 | 97 | 200 | 97 | 200 | 97 |
| гп | Хлеб пшеничный | 0 | | 20 | 34 | 20 | 34 |
| гп | Хлеб ржаной | 0 | | 0 | | 40 | 81 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| гп | фрукт | 100 | 90 | 200 | 118 | 200 | 135 |
| | Горячий обед | | | | | | |
| 16 | Помидор свежий | 60 | 64 | 80 | 79 | 100 | 95 |
| 128 | Щи по - уральски (с крупой) со сметаной | 200/5 | 121 | 250 / 5 | 130 | 250 / 5 | 130 |
| 495 | филе курицы запеченое | 70 | 103 | 90 | 132 | 120 | 176 |
| 54-9г 2020, 2021 | Овощи тушеные в сливочном соусе | 150 | 155 | 150 | 155 | 180 | 185 |
| 507 | компот из яблок | 180 | 50 | 180 | 50 | 200 | 58 |
| гп | Хлеб пшеничный | 40 | 67 | 60 | 101 | 80 | 134 |
| гп | Хлеб ржаной | 40 | 81 | 60 | 122 | 60 | 122 |
| | Полдник | | | | | | |
| 2 | Печенье воздушное | 50 | 164 | 100 | 246 | 150 | 367 |
| 697 | Сок | 200 | 119 | 200 | 119 | 200 | 119 |
| | Ужин | | | | | | |
| 101 | Огурец свежий | 70 | 9 | 80 | 10 | 100 | 13 |
| 430 | Запеканка картофельная с мясом | 200 | 290 | 250 | 363 | 300 | 384 |
| 495 | Чай с сахаром | 180 | 58 | 200 | 58 | 200 | 58 |
| гп | Хлеб пшеничный | 10 | 17 | 20 | 34 | 40 | 68 |
| гп | Хлеб ржаной | 0 | | 0 | | 20 | 41 |
| | Второй ужин | | | | | | |
| гп | вафли | 10 | 16 | 20 | 42 | 20 | 42 |
| гп | Молоко кипяченое | 180 | 76 | 200 | 95 | 200 | 95 |

Повар Коровина Г.Н.

Спец по соц работе Кобцева О.В.

## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин





***Приятного аппетита!***