## Завтрак



## Полдник



МЕНЮ

10 марта 2026

| № СР | Наименование блюда | 3-6 лет Масса порции (г) | 3-6 лет Ккал | 7-11 лет Масса порции (г) | 7-11 лет Ккал | 12-18 лет Масса порции (г) | 12-18 лет Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Горячий завтрак** | | | | | | |
| 13 | Бутерброд с маслом и сыром | 20/5 | 114 | 20/5 | 114 | 20/5 | 138 |
| 366 | Запеканка из творога со сгущённым молоком | 150 | 191 | 170 | 257 | 200 | 302 |
| пп | Фрукт | 50 | 18 | 100 | 36 | 200 | 72 |
| 495 | Чай с молоком сгущённым | 200 | 58 | 200 | 58 | 200 | 58 |
| | **Второй завтрак** | | | | | | |
| пп | Сок из фруктов (или овощей) | 100 | 90 | 200 | 118 | 200 | 135 |
| | **Горячий обед** | | | | | | |
| пп | Икра кабачковая | 50 | 58 | 80 | 91 | 100 | 138 |
| 138 | Суп картофельный с крупой рисовой, с мясом | 200 / 10 | 120 | 250 / 10 | 135 | 250 / 10 | 135 |
| 451 | Биточки из говядины | 70 | 104 | 90 | 165 | 120 | 213 |
| 516 | Макаронные изделия отварные | 130 | 145 | 150 | 189 | 180 | 212 |
| 648 | Кисель | 200 | 80 | 200 | 80 | 200 | 80 |
| пп | Хлеб пшеничный | 40 | 67 | 50 | 84 | 60 | 101 |
| пп | Хлеб ржаной | 40 | 81 | 60 | 122 | 60 | 122 |
| | **Полдник** | | | | | | |
| 697 | Молоко кипячёное | 200 | 119 | 200 | 119 | 200 | 119 |
| пп | Сдоба, фрукт | 50 | 149 | 50 | 149 | 50 | 149 |
| | **Ужин** | | | | | | |
| пп | Помидоры свежие | 50 | 11 | 80 | 17 | 100 | 22 |
| 431 | Печень по-строгановски | 70 / 40 | 155 | 90 / 40 | 206 | 100 / 40 | 214 |
| 512 | Рис припущенный | 130 | 129 | 150 | 154 | 180 | 185 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 42 | 200 | 42 | 200 | 42 |
| пп | Хлеб ржаной | 10 | 20 | 20 | 41 | 40 | 81 |
| | **Второй ужин** | | | | | | |
| пп | ЙОГУРТ | 180 | 76 | 180 | 76 | 200 | 95 |
| пп | ВАФЛИ | 10 | 16 | 20 | 42 | 20 | 42 |

Повар Коровина Г.Н.

## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин





## Приятного аппетита!