Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ

07 марта 2026

День 10

№ СР	Наименование блюда	Масса порции (г)	3-6 лет Ккал	Масса порции (г)	7-11 лет Ккал	Масса порции (г)	12-18 лет Ккал
	Горячий завтрак						
1, 3	Бутерброд с маслом и сыром	20 05 10	114	20 05 15	127	20 5 20	138
162	Суп молочный с крупой	180	142	250	202	300	243
685	Чай с сахаром	180	42	200	42	200	42
гп	Печенье	15	81	15	81	30	81
	Второй завтрак						
гп	фрукт	120	92	200	121	200	137
	Горячий обед						
51	Огурец свежий	60	68	80	92	100	113
14 I. 153		60	47	80	62	100	78
181	Уха рыбацкая	200/20	102	250/80	142	250/100	160
54-9м	Мясо тушеное с картофелем	200	256	250	344	250	344
705	Отвар из плодов шиповника	180	63	200	74	200	82
гп	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	80	134
гп	Хлеб ржаной	40	81	40	81	40	81
	Полдник						
гп	Булочка	0		50	161	100	246
гп	Сок из фруктов (или овощей)	200	97	200	129	200	129
гп							
	Ужин						
70	Помидоры свежие		70		70		70
451	Котлета из говядины	70	104	90	165	120	213
416	Рис припущенный с овощами "Мозайка"	130	143	150	164	180	196
648	Кисель	200	80	200	80	200	
гп	Хлеб пшеничный	20	34	20	34	40	68
	Второй ужин						
гп	ВАФЛИ	10	16	20	42	20	42
645	ЙОГУРТ	180	76	180	76	200	95

Повар Погудина С.П.

Спец по соц работе Кобцева О.В.



Приятного аппетита!