

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
19 мая 2026

№ п/п	Наименование блюда	Завтрак		Полдник		Ужин		12-15 лет
		Масса порции (г)	Калории	Масса порции (г)	Калории	Масса порции (г)	Калории	
13	Бутерброд с маслом и сыром	20/5	114	20/5	114	20/5	114	138
166	Валеканка из творога со сметаной, молоком	150	191	170	257	200	200	360
г/п	Чай с молоком сладким							
495								
г/п	Фрукты	200	58	200	58	200	58	
г/п	Салат рыбный	50	58	80	91	100	138	
138	Суп картофельный с крупной рыбой, маслом	200 / 10	120	250 / 10	135	250 / 10	135	
451	Булочки из творога	70	104	90	105	120	213	
516	Макаронные изделия отварные	130	145	150	183	180	212	
648	Хлеб	200	80	200	80	200	80	
г/п	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101	
г/п	Хлеб ржаной	40	81	60	122	60	122	
г/п	Чай с сахаром	200	119	200	119	200	119	
г/п	Булочки, фрукты	50	140	50	149	50	149	
г/п	Овощи свежие	50	11	80	17	100	22	
431	Рис припущенный	70 / 40	155	90 / 40	206	100 / 40	211	
512	Печенье по строгановски	130	129	150	154	180	181	
585	Чай с сахаром и лимоном	200	42	200	42	200	42	
г/п	Хлеб ржаной	10	20	20	41	40	8	
г/п	Йогурт	180	76	180	76	200	76	
г/п	Мучное изделие	10	16	20	42	20	42	
г/п	Повар							
г/п	Спец. по соц. работе							
г/п	Потушина С.П.							
г/п	Кобисва О.В.							



Приятного аппетита!