

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ									
27 июня 2026									
День 10									
№ п/п	Наименование блюда	Масса порции		Энерг. ценность		Масса порции		Энерг. ценность	
		г	мл	ккал	кДж	г	мл	ккал	кДж
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	256	202	300	243		
685	Чай с сахаром	180	42	200	42	200	42		
г/л		15	81	15	81	30	81		
Второй завтрак									
г/л	фрукт	50		50		50			
Горячий обед									
51	салат из свеклы	60	60	80	92	100	113		
191	Уха рыбешка	200/20	102	250/80	142	250/100	160		
54-94	Мясн тушение с картофелем	200	256	250	344	250	344		
705	Отвар из плодов шиповника	180	63	200	74	200	82		
г/л	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	80	134		
г/л	Хлеб ржаной	40	81	40	81	40	81		
Полдник									
г/л	Мучные изделия (вафли)	10	16	20	42	20	42		
г/л	Чай с сахаром	200	97	200	129	200	129		
г/л									
Ужин									
70	овощи соевые	70		70		70			
451	Котлета из говядины	70	104	90	165	120	213		
416	рис припущенный мясной	130	143	150	165	180	196		
640	варенье	200	80	200	80	200	80		
г/л	Хлеб пшеничный	20	34	20	34	40	68		
Второй ужин									
г/л	Мучные изделия (вафли)	10	16	20	42	20	42		
645	Йогурт	180	76	180	76	200	95		

Повар:

Спец по соц работе



Макарева Н.В.

Авдеева В.А.

Повар
Спец по соц работе

г/л

Макарова Н.В.
Алдина В.А.



Приятного аппетита!