

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



| МЕНЮ           |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
|----------------|---------------------------------------------|------------------|---------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 28 июля 2026   |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| Днев. 13       |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| № п/п          | Наименование блюда                          | Масса порции (г) | 3-6 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 19-25 лет | 26-35 лет | 36-45 лет | 46-55 лет |
| Первый завтрак |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| 13             | Бутерброд с маслом и сыром                  | 20/5             | 114     | 20/5     | 114       | 20/5      | 138       |           |           |
| 366            | Запеканка из творога с сахаром, маслом      | 150              | 191     | 170      | 237       | 200       | 302       |           |           |
| 495            | Чай с молоком сушенным                      |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| Второй завтрак |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| 100            | сок                                         | 90               | 200     | 118      | 200       | 135       |           |           |           |
| Третий обед    |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| 61             | пюре картофельное                           | 61               |         | 61       |           | 61        |           |           |           |
| 138            | Суп картофельный с крупой рисовой, с маслом | 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      | 183       | 180       | 212       |           |           |
| 648            | Хлеб белый                                  | 200              | 80      | 200      | 80        | 200       | 80        |           |           |
| 40             | Хлеб белый                                  | 40               | 67      | 50       | 84        | 66        | 103       |           |           |
| 40             | Хлеб белый                                  | 40               | 81      | 60       | 122       | 60        | 122       |           |           |
| Полдник        |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| 200            | молоко кипяченое                            | 200              | 119     | 200      | 119       | 200       | 119       |           |           |
| 50             | Вафли                                       | 50               | 149     | 50       | 149       | 50        | 149       |           |           |
| Ужин           |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| 61             | Огурцы свежие                               | 61               | 80      | 82       | 100       | 102       |           |           |           |
| 79 / 40        | Рис отваренный                              | 79 / 40          | 155     | 90 / 40  | 206       | 100 / 40  | 214       |           |           |
| 130            | Печенье по-строгановски                     | 130              | 129     | 150      | 154       | 180       | 185       |           |           |
| 200            | Чай с сахаром                               | 200              | 42      | 200      | 42        | 200       | 42        |           |           |
| 10             | Хлеб белый                                  | 10               | 20      | 20       | 41        | 40        | 81        |           |           |
| Второй ужин    |                                             |                  |         |          |           |           |           |           |           |
| 180            | йогурт                                      | 180              | 76      | 180      | 76        | 200       | 95        |           |           |
| 16             | мучное изделие                              | 16               | 20      | 20       | 42        | 20        | 42        |           |           |

Повар  
Свечи по силе работе

Королева Г.Н.  
Кобелева О.В.



Приятного аппетита!