Завтрак

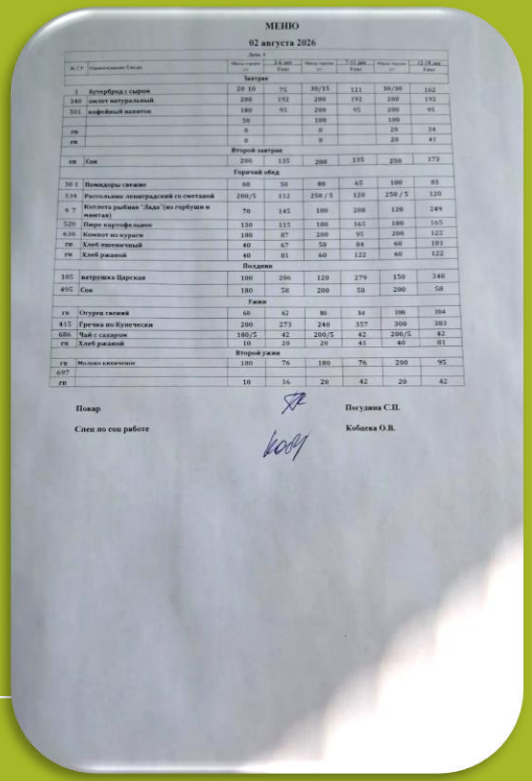
Второй завтрак

Обед

Полдник

Ужин

Второй ужин



МЕНЮ

02 августа 2026

№ СТ	Наименование блюда	Масса порции (г)	Д.Б.ЖИР Ккал	Масса порции (г)	Т.12.ДЕТ Ккал	Масса порции (г)	12-18 лет Ккал
	Завтрак						
3	бутерброд с сыром	20 10	75	30/15	121	30/30	162
240	омлет натуральный	200	192	200	192	200	192
501	кофейный напиток	180	95	200	95	200	95
		50		100		100	
гн		0		0		20	34
гн		0		0		20	41
	Второй завтрак						
гн	Сок	200	135	200	135	250	173
	Горячий обед						
30 1	Помидоры свежие	60	50	80	65	100	83
134	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	112	250 / 5	120	250 / 5	120
9 7	Котлета рыбная "Лада" (из горбуши и минтая)	70	145	100	208	120	249
520	Пюре картофельное	130	115	180	165	180	165
630	Компот из кураги	180	87	200	95	200	122
гн	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101
гн	Хлеб ржаной	40	81	60	122	60	122
	Полдник						
105	ватрушка Царская	100	206	120	279	150	340
495	Сок	180	58	200	58	200	58
	Ужин						
гн	Огурец свежий	60	42	80	56	106	104
415	Гречка по Купечески	200	273	240	357	300	383
686	Чай с сахаром	180/5	42	200/5	42	200/5	42
гн	Хлеб ржаной	10	20	20	41	40	81
	Второй ужин						
гн	Молоко кипяченое	180	76	180	76	200	95
697							
гн		10	16	20	42	20	42

Повар — Погудина С.П.

Спец по соц работе — Кобцева О.В.

Приятного аппетита!