

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕДИО
07 августа 2026

Диа. №	3-6 лет	7-11 лет	12-18 лет	19-25 лет	26-35 лет	36-45 лет	46-55 лет	56-65 лет	66-75 лет	76-85 лет	86-95 лет	96-105 лет
1. Витаминизированный йогурт	20 / 10	75	100 / 15	121	10 / 20	130						
2. Витаминизированный йогурт	180	190	130	250	130	150						
3. Йогурт из сливок	200	95	200	95	200	100						
4. Йогурт из сливок	40	50	100	100	100	100						
Витаминизированный йогурт	100	90	200	110	200	100						
5. Йогурт из сливок	40	50	80	70	100	80						
6. Йогурт из сливок	200 / 5	90	250 / 5	112	250 / 5	112						
7. Йогурт из сливок	100	170	100 / 50	185	100 / 50	185						
8. Йогурт из сливок	130	145	150	183	180	180						
9. Йогурт из сливок	180	200	95	200	95	200						
10. Йогурт из сливок	30	34	40	68	40	40						
11. Йогурт из сливок	40	81	40	81	80	80						
12. Йогурт из сливок	200	187	200	187	200	180						
13. Йогурт из сливок	70	165	70	165	160	160						
14. Йогурт из сливок	40	8	80	10	100	100						
15. Йогурт из сливок	80 / 5	147	100 / 5	150	120 / 5	120 / 5						
16. Йогурт из сливок	130	115	180	165	180	180						
17. Йогурт из сливок	180	42	200	42	200	200						
18. Йогурт из сливок	10	17	20	34	20	20						
19. Йогурт из сливок	10	20	20	41	40	40						
20. Йогурт из сливок	10	10		10								
21. Витаминизированный йогурт	180	76	180	76	200	200						

Повар
Спец по соц работе

Витаминизированный йогурт
Кобцева О.В.



Приятного аппетита!