

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
19 августа 2026

Дети		3-5 лет		5-11 лет		11-18 лет	
№ п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал
Завтрак							
39	Чай	145	50	216	50	216	
162	Сыр малосольный с крутой	180	142	250	202	300	243
606	Чай с сахаром	200	42	200	42	200	42
78	Хлеб пшеничный	20	34	20	34	40	60
Второй завтрак							
78	Чай	100	90	200	118	200	135
Обед							
78	Картошка из свежих овощей	60	47	80	62	100	70
162	Сыр со свежими овощами	200 / 5	93	250 / 5	110	250 / 5	110
454	Котлета мясо-картофельная	70	151	90	222	100	247
516	Макаронные изделия	130	145	150	163	190	212
580	Компот из яблок	100	80	200	80	200	156
78	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101
78	Хлеб ржаной	40	81	40	81	60	122
Полдник							
78	Мучное изделие	50	140	70	196	100	283
697	Молочко кипяченое	200	107	200	119	200	119
Ужин							
11	Огурец свежий	60	57	80	76	100	95
54	Оладьи из печени	80	136	90	172	120	230
520	Пюре картофельное	130	115	180	165	190	165
685	Чай с сахаром	200	42	200	42	200	42
78	Хлеб ржаной	10	20	20	41	20	41
Второй ужин							
645	Йогурт	180	76	180	76	200	90
78		10	16	20	42	20	42

Повар
Специалист по сн. работе

Погудина С.П.
Кобнева О.В.



Приятного аппетита!