

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ									
25 августа 2026									
Дата 11									
№ п/п		Наименование (блюда)	Масса порции, г	Энерг. ценность, кДж	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции, г	Энерг. ценность, кДж
Первый завтрак									
1.1	Витаминизированный напиток	200/5	114	26/5	114	26/5	114	26/5	114
1.2	Панкейки из творога с маслом, сахаром	150	181	170	217	200	181	170	217
1.3	Чай с сахаром	100	100	100	100	100	100	100	100
Второй завтрак									
2.1	Фрукты	100	90	200	118	200	118	200	118
Первый обед									
3.1	Суп картофельный с мясом, морковью, луком	200 / 10	120	250 / 10	135	250 / 10	135	250 / 10	135
3.2	Салат овощной	70	104	90	165	120	213	104	90
3.3	Макаронные изделия отварные	180	145	190	183	180	212	145	190
3.4	Мясные котлеты	200	80	200	80	200	80	80	200
3.5	Хлеб пшеничный	40	47	50	88	60	201	47	50
3.6	Хлеб ржаной	40	81	60	122	60	122	81	60
Полдник									
4.1	Чай со вкусом, молоко	200	119	200	119	200	119	119	200
4.2	Печенье, фрукты	50	149	50	149	50	149	149	50
Ужин									
5.1	Суп картофельный с мясом, морковью, луком	60	61	80	82	100	102	61	80
5.2	Рис отварной	70 / 40	155	90 / 40	206	100 / 40	214	155	90
5.3	Печенье шоколадное	130	129	150	154	180	185	129	150
5.4	Чай с сахаром	200	42	200	42	200	42	42	200
5.5	Хлеб ржаной	10	20	20	41	40	81	20	41
Второй ужин									
6.1	Витаминизированный напиток	180	76	180	76	200	95	76	180
6.2	Чай с сахаром	10	16	20	42	20	42	16	20

Повар *Артемиш* Артемьева А.Н.
Спец. по спец. работе *КОН* Кобелева О.В.



Приятного аппетита!