

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ									
10 сентября 2026									
День 1									
№ п/п	Примечание	Масса порции (г)	3-6 лет	7-11 лет	12-18 лет	19-25 лет	26-35 лет	36-45 лет	46-55 лет
ЗАВТРАК									
1.3	Бутерброд с маслом и сыром	20	10	101	40	20	127	40	25
262	Каша овсяная молочная жидкая с маслом	180	176	230	196	230	196	230	196
501	кофейный напиток	200	95	200	95	200	95	200	103
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
г/л	фрукт	120	92	200	121	200	137		
ОБЕД									
14.1	Салат из огурцов с маслом	60	38	80	50	100	67		
139	Суп гороховый с греческими	200/20	186	250/20	207	250/20	207		
	греческий из пшеничного хлеба	20		20		20			
9.7	Вермишель рыбные	70	133	120	219	120	219		
520	Пюре картофельное	130	115	180	165	180	165		
638	котлет из курицы	180	87	200	95	200	95		
г/л	Хлеб пшеничный	0		20	34	60	102		
г/л	Хлеб ржаной	40	81	40	81	60	121		
ПОЛДНИК									
г/л	Печенье	10	16	20	42	20	42		
г/л	Сок из фруктов	200	135	200	135	250	173		
г/л	фрукт	0		100	95	100	95		
УЖИН									
22	помидор свежий	60	51	80	68	100	85		
587	Фрикадельки из мяса паровые с соусом	70/30	97	90/50	165	100/50	184		
248	каша гречневая	130	128	150	148	180	177		
686	Чай с лимоном	180/5	42	200/5	42	200/5	42		
г/л	Хлеб пшеничный	20	34	20	34	20	34		
г/л	Хлеб ржаной	0		0		20	44		
ВТОРОЙ УЖИН									
г/л	Вафли	10	16	20	42	20	4		
г/л	Йогурт	180	76	180	76	200	9		
Повар									
Спец по соц работе									
Коровина Г.Н.									
Андина В.А.									



Приятного аппетита!