



Директор
Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

29 декабря 2025 г.

7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	12,38	0,12	112,20	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150/4	5,51	7,65	30,24	212,50	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	45	3,47	1,35	22,55	116,55	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			554	10,60	21,68	79,99	566,21	90,56
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			225	2,85	2,55	38,08	187,75	4,00
Обед								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	115	1,61	5,14	6,23	78,38	5,24
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,49	6,74	21,60	169,89	11,60
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	105	28,18	13,16	22,06	319,83	0,95
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,46	4,79	33,21	197,79	0,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,17	0,04	18,18	73,86	0,20
2008		БАТОН	45	3,47	1,35	22,55	116,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			863	44,38	31,22	123,83	956,30	17,99
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	115	12,95	17,92	32,17	343,06	0,08
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	145	4,08	4,50	6,62	84,39	0,76
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			360	17,43	22,82	48,59	474,45	10,84
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	85	1,30	5,09	7,64	83,44	20,70
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	19,45	12,76	7,56	222,85	0,89
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5,85	11,70	21,45	214,50	10,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			608	29,10	30,45	66,61	658,95	32,13
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	188	10,55	9,10	14,55	192,79	0,00
Итого			188	10,55	9,10	14,55	192,79	0,00
Всего				114,91	117,82	371,65	3 036,45	155,52

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Зауморова О.Н.