

МЕНЮ
12 января 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 09/2	15	3,90	4,02	0,53	56,25
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ б/м (аллергики)	40	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ № 03/2	200	5,97	7,96	22,71	187,12
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ № 07/4	180	5,28	5,47	15,41	133,69
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	39	2,87	0,23	18,86	88,99
Итого		18,02	17,68	57,51	466,05
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ №07/18	172	0,83	0,16	16,88	71,84
Итого		0,83	0,16	16,88	71,84
Обед					
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ № 01/5	200	7,30	7,27	14,54	152,44
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №02/19	140	2,93	5,04	19,91	137,14
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ Б/М (аллергики)	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА №02/10	80	10,22	10,78	3,16	150,01
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА Б/М (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 07/8	180	0,52	0,00	18,23	72,61
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2	46	3,02	0,40	19,36	93,13
Итого		23,99	23,49	75,20	605,33
Уплотненный полдник					
ВАФЛИ № 06/5	30	0,84	0,99	23,19	106,20
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ №02/5	140/20	22,43	17,09	32,51	378,04
ПЛОВ МЯСНОЙ Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ № 07/14	200	5,62	6,19	9,10	116,11
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	28	2,08	0,16	13,65	64,41
Итого		30,97	24,43	78,45	664,76
Всего		73,81	65,76	228,04	1 807,98