

**МЕНЮ**  
**23 января 2026 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) № 09/1	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ПОВИДЛО (аллергики)	20	0,00	0,00	0,00	0,00
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №02/3	160	15,71	27,02	2,85	317,53
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ б/м (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	200	4,57	4,84	15,84	126,45
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	43	3,22	0,26	21,17	99,88
Итого		23,53	36,25	39,90	581,26
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ № 07/18	180	0,87	0,17	17,63	75,08
Итого		0,87	0,17	17,63	75,08
Обед					
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ № 01/13	200	6,98	9,48	13,81	165,17
СВЕКОЛЬНИК б/м (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС ОТВАРНОЙ №02/55	130	3,18	5,10	33,35	192,01
РИС ОТВАРНОЙ б/м (аллергики)	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ №02/52	80	19,18	6,70	8,72	171,27
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ Б/М (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
СОУС СМЕТАННЫЙ №05/2	20	0,27	0,80	1,25	13,16
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергики)	20	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	51	3,36	0,45	21,49	103,42
Итого		33,49	22,53	96,85	717,64
Уплотненный полдник					
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) 02/38	200	2,65	6,75	15,84	135,02
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	18,76	13,98	67,24	469,64
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ (аллергики)	70	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ №07/2	180	2,58	2,72	13,53	89,56
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 06/1	27	2,03	0,16	13,34	62,93
Итого		26,02	23,61	109,95	757,15
Всего		83,91	82,56	264,33	2 131,13