

МЕНЮ
10 марта 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	56,26
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ б/м (аллергики)	40	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ № 03/2	200	5,97	7,97	22,72	187,27
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ № 07/4	180	5,29	5,47	15,43	133,92
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	39	2,91	0,23	19,14	90,31
Итого		18,07	17,69	57,82	467,76
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					
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ № 01/5	200	7,51	7,54	14,56	155,68
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	19,92	137,19
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	150,05
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	47	3,09	0,41	19,78	95,16
Итого		24,27	23,77	75,65	610,69
Уплотненный полдник					
ВАФЛИ № 06/5	30	0,84	0,99	23,19	106,20
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ №02/5	150/20	24,43	17,18	36,19	401,77
ПЛОВ МЯСНОЙ Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ № 07/14	200	5,63	6,21	9,12	116,40
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	29	2,13	0,17	14,04	66,26
Итого		33,03	24,55	82,54	690,63
Всего		76,24	66,18	233,64	1 844,16