

МЕНЮ
20 августа 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
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ б/м (аллергики)	40	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ № 03/11	180	7,76	7,71	29,93	220,42
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ б/м (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	180	4,12	4,36	15,03	116,91
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	38	2,84	0,23	18,72	88,35
Итого		14,75	16,43	63,72	463,08
II Завтрак					
ЙОГУРТ №07/11	180	5,04	4,50	34,20	101,72
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		5,04	4,50	34,20	101,72
Обед					
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ № 01/3	200	6,47	8,56	8,62	134,46
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №02/34	130	5,94	8,64	37,83	252,86
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ б/м (аллергики)	130	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ №02/8	80	10,77	14,81	11,05	219,38
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ б/м (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 07/7	180	0,14	0,14	12,06	50,87
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2	50	3,29	0,44	21,10	101,51
Итого		26,61	32,59	90,66	759,08
Уплотненный полдник					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 02/26	120	2,36	5,04	19,02	131,04
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ Б/М (аллергики)	120	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ № 02/29	80/30	16,54	10,44	2,97	171,65
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ б/м (аллергики)	80/30	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ № 07/1	180	0,12	0,00	9,53	38,60
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	31	2,29	0,18	15,07	71,15
Итого		21,31	15,66	46,59	412,44
Всего		67,71	69,18	235,17	1 736,32