

Утверждаю



МЕНЮ Зимняя 2025 г

7-12 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5		18,02	26,83	3,31	326,88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200		3,29	3,30	24,14	139,68
			23,60	30,32	42,50	537,61
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,48	0,06	1,50	8,37
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5		1,54	4,78	7,09	78,05
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ -ЦЫПЛЯТ	90		2,90	2,52	14,17	90,99
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		5,72	4,82	34,80	205,54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		1,99	0,26	12,72	61,19
КИСЕЛЬ	200		0,10	0,10	27,90	113,00
			15,50	13,86	115,26	648,46
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,10	44,18	157,76	1 186,07



Утверждаю



МЕНЮ Зимняя 2025 г

12 лет и старше

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		19,95	22,00	3,67	292,53
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200		3,29	3,30	24,14	139,68
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
			26,29	25,55	47,88	526,94
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100		0,80	0,10	2,49	13,94
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5		1,89	5,78	8,81	95,53
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ -ЦЫПЛЯТ	100		3,10	3,55	15,21	105,30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5		6,88	4,99	41,84	239,78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60		3,97	0,53	25,43	122,38
КИСЕЛЬ	200		0,10	0,10	27,90	113,00
			20,27	16,43	143,78	804,93
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,56	41,98	191,66	1 331,87

