

МЕНЮ на 09 сентября 2025 год

Завтрак

1. Каша полбяная молочная с маслом сливочным 180/3
2. Какао с молоком 180/6
3. Бутерброд с сыром, маслом сливочный 30/10/5

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
13,43	17,61	50,98	407,57

Завтрак № 2 10.00

1. Сок 180

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
0,90	0,00	18,18	76,00

Обед

1. Салат из картофеля с соевым соусом 60
2. Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной 80/7
3. Тефтели куриные в сметано-томатном соусе 40/20
4. Макароны отварные с маслом сливочным 130/3
5. Компот из свежих фруктов 180
6. Хлеб пшеничный, ржаной 25/45

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
18,39	19,57	91,87	625,31

Полдник

1. Молоко кипяченое 180
2. Кондитерское изделие 20

Ужин

1. Запеканка творожная с повидлом 120/30
2. Чай с сахаром и лимоном 180/6/7

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
19,97	22,42	77,67	631,48

Всего:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
52,68	59,59	238,71	1740,36

МЕНЮ 09 сентября 2025 год

Завтрак

1. Каша полбяная молочная с маслом сливочным 140/3
2. Какао с молоком 180/6
3. Бутерброд с сыром, маслом сливочный 25/10/5

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
11,98	16,34	41,86	353,66

Завтрак № 2 10.00

1. Сок 125

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
0,63	0,00	12,62	52,77

Обед

1. Салат из картофеля с соевым соусом 40
2. Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной 150/7
3. Тефтели куриные в сметано-томатном соусе 40/20
4. Макароны отварные с маслом сливочным 110/3
5. Компот из свежих фруктов 150
6. Хлеб пшеничный, ржаной 25/35

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
14,85	15,67	74,43	540,88

Полдник

1. Молоко кипяченое 150
2. Кондитерское изделие 20

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
14,85	15,67	74,43	504,88

Ужин

1. Запеканка творожная с повидлом 100/30
2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
16,88	19,57	73,55	542,48

Всего:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
44,33	51,58	202,46	1453,79