

МЕНЮ на 11 сентября 2025 год

Завтрак

1. Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180/3
2. Кофейный напиток с молоком 180/6
3. Бутерброд с маслом сливочным с повидлом 30/5/10

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
11,74	13,08	58,59	358,48

Завтрак № 2 10.00

1. Сок

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

Обед

1. Томаты свежие порционно 50
2. Суп картофельный с пшенной крупой 180/10
3. Птица, тушенная в соусе с овощами 200
4. Компот из сухофруктов 180
5. Хлеб ржаной 45

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
26,16	19,19	79,98	583,57

Полдник

1. Кисломолочный напиток 180/3
2. Булочка с сахаром 50

Ужин

1. Омлет натуральный 150
2. Чай с сахаром 180/6
3. Хлеб пшеничный 30

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
21,50	29,59	33,61	486,25

Всего:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
60,31	61,86	190,36	1531,7

МЕНЮ на 11 сентября 2025 год

Завтрак

1. Суп молочный с геркулесовой крупой 180
2. Какао с молоком 150/5
3. Бутерброд с сыром, маслом сливочным 25/10/5

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
9,91	11,57	48,19	323,13

Завтрак № 2 10.00

1. Фрукты свежие 100

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

Обед

1. Суп овощной, с мясными фрикадельками, со сметаной 150/10/5
2. Котлета из говядины 50
3. Каша гречневая отварная рассыпчатая с овощами с маслом 110/2
4. Компот из свежих яблок 150
5. Хлеб ржаной 40
6. Винегрет овощной 60

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
17,56	12,54	52,51	398,48

Полдник

1. Кисломолочный напиток 150
2. Кондитерское изделие 10

Ужин

1. Овощи с птицей 75
3. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
21,04	29,69	46,03	5089,53

Всего:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
46,42	51,76	155,77	1289,98