



МЕНЮ

21 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,93	3,83	16,15	100,96
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	175/20	9,39	7,39	14,03	152,22
-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,23	0,01	10,26	43,74
ГРУША	99	0,40	0,30	10,24	46,75
Итого		10,95	11,53	50,68	343,67
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5% КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,03	4,92	13,55	43,48
-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,39	4,64	12,60	114,11
-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	8,95	4,60	6,52	131,42
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,90	6,87	24,48	152,80
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,17	0,07	7,99	34,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Итого		22,73	22,34	93,73	618,98
Полдник					
-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	6,59	7,57	23,41	226,70
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	1,00	2,50	11,10	53,28
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	2,97	2,31	2,42	42,92
Итого		15,37	16,05	65,29	469,50
Всего		51,53	52,92	222,74	1 522,18