



МЕНЮ
3 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00
-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,44	7,36	25,90	196,59
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,44	7,83	39,92
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,04	36,65
АПЕЛЬСИН	125	1,13	0,25	10,13	53,76
Итого		13,10	13,26	63,14	421,92
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5% ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	2,04	4,66	6,01	91,05
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,60	4,79	10,36	107,23
-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	18,64	14,94	24,52	307,63
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,22	0,01	8,98	37,10
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	27	1,77	0,24	11,35	54,63
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,73	13,01	66,32
Итого		30,17	25,37	74,23	663,96
Полдник					
-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	7,77	5,36	10,47	122,55
-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,75	3,32	19,19	118,04
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,13	0,28	13,63	65,56
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,31	4,58	8,79	98,83
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,15	2,03	24,42	124,12
Итого		19,11	15,57	76,50	529,10
Всего		65,30	57,20	226,93	1 704,96