

Заведующая филиалом

Утверждаю:

Чагина Т.П.

" 16 "

Января

2026г.

Меню для детей с 12 и старше на 16 Января 2026г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			15,1	15,6	80,4	521,8	
Бутерброд с сыром и маслом	20/15/5	6,1	7,8	7,9	126,2	28,22	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200/5	7,5	7,7	26,0	203	25,36	
Чай с лимоном и апельсином "Цитрус"	200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	10,11	
Яблоко	150	0,6	0,0	21,6	89	22,50	
Батон пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	3,30	
Хлеб дарницкий	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,82	
							91,31
Яблоко	150	0,6	0,0	21,6	89	22,50	
Обед			28,7	25,8	103,6	761,9	113,81
Салат овощной с яйцом и маслом растительным	100	4,4	6,5	7,4	106	14,87	
Суп из овощей с курицей	250/10	5,9	6,3	16,0	144,3	27,06	
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	51,03	
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	196,6	17,09	
Кисель из свежих ягод (клюква)	200	0,3	0,2	21,5	89,0	16,52	
Хлеб пшеничный	64	3,0	0,8	24,3	116,8	6,92	
Хлеб дарницкий	32	1,9	0,4	17,5	81,0	2,95	
							136,44
ИТОГО:			44	41	184	1284	250,25

Кладовщик:

Суря

Повар:

Маш