

Утверждаю:

Заведующая филиалом

Нагина Т.П.

" 03"

Сентября 2026г.

# **Меню для детей с 12 и старше на 03 Сентября 2026г.**

| Наименование блюда                                                     | Химический состав |             |             |              |              | цена, руб.    |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
|                                                                        | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |               |
| <b>Завтрак</b>                                                         | <b>565</b>        | <b>19,5</b> | <b>18,9</b> | <b>77,9</b>  | <b>557,9</b> |               |
| Бутерброд с сыром                                                      | 30/30             | 7,2         | 7,8         | 11,9         | 147          | 29,15         |
| Каша гречневая молочная жидкая с маслом                                | 200/5             | 7,5         | 7,1         | 31,2         | 219          | 26,34         |
| Кофейный напиток на молоке                                             | 200               | 1,9         | 2,3         | 16,2         | 93           | 11,22         |
| Йогурт "Эрмигурт" с клубникой молочный                                 | 100               | 1,8         | 1,5         | 4,5          | 38,7         | 35,00         |
| Хлеб дарницкий                                                         | 30                | 1,1         | 0,2         | 14,1         | 60,8         | 2,72          |
| <b>Обед</b>                                                            | <b>905</b>        | <b>32,1</b> | <b>35,0</b> | <b>101,3</b> | <b>848,9</b> | <b>104,43</b> |
| Овощи консервированные без уксуса (Огурцы)                             | 100               | 0,8         | 0,1         | 1,6          | 10,6         | 27,69         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясными приправами | 250/5/20          | 4,9         | 7,3         | 12,7         | 136          | 40,62         |
| Бедро куриное запечёная "Домашние"                                     | 100               | 16,2        | 15,1        | 0,7          | 203,5        | 44,73         |
| Рагу овощное                                                           | 180               | 4,9         | 11,3        | 22,5         | 211          | 19,11         |
| Сок "Мой" Зелёное яблоко                                               | 200               | 0,4         | 0,0         | 22,0         | 90           | 21,37         |
| Яблоко                                                                 | 126               | 0,6         | 0,5         | 19,9         | 86,5         | 20,20         |
| Хлеб дарницкий                                                         | 40                | 1,9         | 0,4         | 17,5         | 81,0         | 5,76          |
| Хлеб пшеничный                                                         | 60                | 3,0         | 0,8         | 24,3         | 116,8        | 3,81          |
|                                                                        |                   |             |             |              |              | 183,29        |
| <b>ИТОГО:</b>                                                          |                   | <b>52</b>   | <b>54</b>   | <b>179</b>   | <b>1407</b>  | <b>287,72</b> |

Кладовщик:

Повар: