



МЕНЮ

22.09.2026 г.

дата

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Вес блюда с 7 до 11 лет	Кало рийн ость блюд	Вес блюда 12 лет и старше	Кало рийн ость блюд
1	Макароны отварные с маслом	200	250,74	200	250,74
2	Хлеб ржаной	20	34,8	50	87
3	Бутерброд с маслом	40	136,78	60	202,16
4	Чай с сахаром	200	51,18	200	51,18
5	Фрукты свежие (бананы)	200	192	200	192

ЗАВТРАК 2

1	Молоко	200	120	200	120
---	--------	-----	-----	-----	-----

ОБЕД

№	Наименование блюда	Вес блюда с 7 до 11 лет	Калори йность блюд	Вес блюда 12 лет и старше	Калори йность блюд
1	Винегрет овощной	60	52,81	100	88,02
2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	230,4	250	230,4
3	Каша рассыпчатая гречневая	150	175,25	180	210,29
4	Гуляш из отварного мяса	100	268,57	110	295,43
5	Хлеб пшеничный	60	132,16	60	132,16
6	Хлеб ржаной	40	69,6	40	69,6
7	Компот из сушеных фруктов	200	67,96	200	67,96

ПОЛДНИК

1	Булочка домашняя	100	281,4	100	281,4
2	Соки фруктовые	200	115	200	115
3	Вода минеральная природная питьевая столовая	200	0	200	0

УЖИН

1	Жаркое по-домашнему	230	266,66	300	347,82
2	Хлеб пшеничный	60	132,16	50	106,8
3	Хлеб ржаной	60	104,4	60	104,4
4	Чай с сахаром	200	51,18	200	51,18

УЖИН 2

1	Снежок	200	158	200	158
---	--------	-----	-----	-----	-----