



МЕНЮ

28.01.2026 г.

дата

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Вес блюда с 7 до 11 лет	Кало рийн ость блюд	Вес блюд 12лет и старше	Кало рийн ость блюд
1	Запеканка из творога с изюмом	160	439,62	200	519,52
2	Чай с лимоном	200	53,9	200	53,9
3	Фрукты свежие (апельсин, яблоко)	200	71,66	200	94

ЗАВТРАК 2

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

ОБЕД

№	Наименование блюда	Вес блюда с 7 до 11 лет	Калори йность блюд	Вес блюда 12лет и старше	Калори йность блюд
1	Икра кабачковая	60	73,2	100	122
2	Рассольник со сметаной	200	198,66	250	232,96
3	Макаронные изделия отварные с маслом	150	194,13	180	202,96
4	Рыба, тушенная с овощами	90	214,01	100	237,79
5	Хлеб пшеничный	60	132,16	50	106,8
6	Хлеб ржаной	40	69,6	50	87
7	Компот из сушеных фруктов	200	67,96	200	67,96

ПОЛДНИК

1	Крендель сахарный	100	287,42	100	287,42
2	Соки фруктовые	200	115	200	115
3	Вода минеральная природная питьевая столовая	200	0	200	0

УЖИН

№	Наименование блюда	Вес блюда с 7 до 11 лет	Кало рийн ость блюд	Вес блюда 12лет и старше	Кало рийн ость блюд
1	Азу с мясом	250	279,83	280	313,4
2	Хлеб пшеничный	60	132,16	60	132,16
3	Хлеб ржаной	60	104,4	60	104,4
4	Кисель фруктовый	200	13,46	200	13,46

УЖИН 2

1	Йогурт	200	136	200	136
---	--------	-----	-----	-----	-----