

Меню на 06.03.2026 День 12

| | 12-18 лет | | 7-11 лет | |
|--|-----------|---------------|----------|---------------|
| | выход(г) | эн.цен(ккал.) | выход(г) | эн.цен(ккал.) |
| Завтрак: | | | | |
| каша пшенинная жидкая | 220 | 262,28 | 200 | 225,12 |
| какао с молоком | 200 | 97,67 | 200 | 95,05 |
| батон отрубной | 100 | 216,82 | 90 | 193,05 |
| масло сливочное | 12 | 89,76 | 10 | 74,80 |
| - | - | - | - | - |
| Завтрак 2: | | | | |
| молоко | 200 | 116,40 | 150 | 87,30 |
| - | - | - | - | - |
| Обед: | | | | |
| салат-коктейль овощной | 80 | 72,99 | 80 | 62,19 |
| щи из свежей капусты с картофелем, с курицей | 250 | 164,25 | 200 | 143,58 |
| рыба запеченная с морковью | 100 | 137,59 | 90 | 119,47 |
| картофельное пюре | 180 | 139,18 | 180 | 139,18 |
| напиток яблочный с лимоном | 200 | 75,32 | 200 | 59,20 |
| хлеб ржаной | 120 | 204,76 | 80 | 165,17 |
| - | - | - | - | - |
| Полдник: | | | | |
| батончик фруктово-злаковый | 25 | 125,10 | 25 | 125,10 |
| яблоко | 175 | 82,26 | 175 | 82,26 |
| сок фруктовый | 200 | 83,42 | 200 | 83,42 |
| - | - | - | - | - |
| Ужин: | | | | |
| винегрет овощной | 80 | 74,17 | 60 | 60,43 |
| гуляш из отварного мяса | 100 | 258,28 | 90 | 243,50 |
| каша перловая рассыпчатая | 180 | 131,72 | 150 | 125,89 |
| чай с сахаром | 200 | 28,46 | 200 | 25,09 |
| хлеб пшеничный | 80 | 173,45 | 40 | 85,80 |
| - | - | - | - | - |
| Ужин 2: | | | | |
| биойогурт | 229 | 109,92 | 150 | 72 |

Директор



Е.Н. Лушникова