

МЕНЮ
20 августа 2026 г.

ЛОУ 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ масло сладко-сливочное несоленое, повидло, хлеб с вмс "валитек - 8"	45	12,34	1,17	3,67	23,09	130,00
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ крупа манная, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	205	16,89	7,28	7,22	35,15	238,34
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок	200	10,59	3,62	3,59	17,12	115,56
МАНДАРИН мандарин	200	38,68	0,92	0,23	8,59	43,51
Итого		78,51	12,99	14,71	83,95	527,41
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ свекла, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое	100	19,31	1,81	9,85	8,21	130,34
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, говядина б/к, яйца куриные (шт.)	200	32,52	8,05	6,80	13,64	148,15
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, капуста белокочанная, соль йодированная	90	36,89	20,65	19,22	9,36	198,38
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная	150	18,71	3,64	6,03	24,56	167,37
СОУС ТОМАТНЫЙ мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, сахар песок	30	2,40	0,22	1,08	2,45	20,30
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД смесь сухая (витошка), курага, сахар песок	200	16,90	0,00	0,00	10,55	37,54
ХЛЕБ С ВМС "ВАЛИТЕК- 8" хлеб с вмс "валитек - 8"	50	4,28	7,60	0,80	49,20	233,00
Итого		131,02	41,97	43,78	117,97	935,08
Полдник						
ВАТРУШКА С ТВОРОЖНЫМ ФАРШЕМ. мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, творог 9,0% жирности, масло подсолнечное рафинированое	60	21,03	11,79	6,94	39,56	267,74
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	3,05	0,78	0,00	10,82	46,38
КИВИ киви	100	58,04	1,61	0,74	20,69	86,08
СОК ФРУКТОВЫЙ сок фруктовый	200	21,41	0,97	0,19	19,59	83,42
Итого		103,53	15,15	7,87	90,66	483,62
Всего		313,06	70,11	66,36	292,58	1 946,11