

МЕНЮ
5 августа 2026 г.

ЛОУ 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сладко-сливочное несоленое, хлеб с вмс "валитек - 8"	45	30,74	1,78	18,33	10,17	212,73
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ соль йодированная, крупа пшеничная , молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	205	17,57	7,39	7,01	34,10	229,36
ЧАЙ С МОЛОКОМ чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности	200	30,20	10,09	2,48	32,56	193,22
ЯБЛОКО яблоки	200	20,24	0,45	0,45	10,96	52,57
Итого		98,75	19,71	28,27	87,79	687,88
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	100	9,99	0,82	9,85	6,19	117,95
УХА РОСТОВСКАЯ рыба св , картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная	250	31,00	7,62	4,00	10,77	109,55
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, томатная паста	280	138,37	29,37	25,70	49,39	434,68
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" сахар песок, кисель с витаминами (витошка)	200	11,19	0,00	0,00	24,00	95,00
ХЛЕБ С ВМС "ВАЛИТЕК- 8" хлеб с вмс "валитек - 8"	50	5,88	7,60	0,80	49,20	233,00
ВОДА 500 вода 0,500	1000	45,66	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		242,10	45,41	40,35	139,55	990,18
Полдник						
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, картофель, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное	60	18,24	5,51	6,10	35,78	219,10
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	2,56	0,39	0,00	15,36	63,01
БАНАН банан	200	33,84	1,62	0,54	22,68	103,69
СОК ФРУКТОВЫЙ сок фруктовый	200	22,48	1,01	0,20	20,47	87,15
Итого		77,13	8,53	6,84	94,29	472,95
Всего		417,97	73,65	75,46	321,63	2 151,01