

МЕНЮ
13 августа 2026 г.

ЛОУ 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ сыр, хлеб с вмс "валитек - 8", масло сладко-сливочное несоленое	45	25,28	1,20	3,68	7,47	67,72
КАША ОВСЯННАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА ЖИДКАЯ соль йодированная, овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	205	18,39	6,73	15,63	66,32	332,60
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко пастер. 3,2% жирности, чай черный байховый, сахар песок	200	6,25	1,75	1,45	16,03	84,25
ЯБЛОКО яблоки	200	22,87	0,55	0,55	13,65	65,46
Итого		72,79	10,23	21,31	103,47	550,03
Обед						
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ помидоры свежие	100	8,77	1,11	0,20	3,81	24,09
СВЕКОЛЬНИК свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, томатная паста, сметана 15% жирности, консервы говядина тушеная, соль йодированная	250	38,64	7,26	11,04	14,58	186,82
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	280	133,54	45,07	37,09	32,20	648,42
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ смесь сухая (витошка), сухофрукты (смесь), сахар песок	200	14,29	0,00	0,00	15,91	58,98
ХЛЕБ С ВМС "ВАЛИТЕК- 8" хлеб с вмс "валитек - 8"	50	4,25	7,60	0,80	49,20	233,00
ВОДА 500 вода 0,500	500	22,83	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		222,31	61,04	49,13	115,70	1 151,31
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ "ДЕРЕВЕНСКОЕ С САХАРОМ" печенье сдобное "деревенское с сахаром"	90	21,02	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	2,56	0,39	0,00	15,36	63,01
СОК ФРУКТОВЫЙ 0,2 сок фруктовый	200	21,41	0,97	0,19	19,59	83,42
НЕКТАРИН нектарин	200	51,21	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		96,21	1,36	0,19	34,95	146,43
Всего		391,31	72,63	70,63	254,12	1 847,77