

МЕНЮ
19 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	30,09	1,40	18,28	7,71	200,92
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	9,46	2,88	2,48	17,41	103,84
ЯБЛОКО яблоки	200	12,13	0,29	0,29	7,18	34,42
Итого		69,26	11,96	28,06	66,40	568,54
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная	100	7,86	0,78	9,81	5,35	113,94
УХА РОСТОВСКАЯ рыба св , картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная	250	30,30	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	137,02	29,37	25,70	49,39	434,68
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" сахар песок, кисель с витаминами (витошка)	200	12,78	0,00	0,00	24,00	95,00
ХЛЕБ С ВМС "ВАЛИТЕК- 8" хлеб с вмс "валитек - 8"	50	4,57	7,60	0,80	49,20	233,00
Итого		192,54	45,37	40,31	138,71	986,17
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 рафинированое	60	17,68	5,51	6,10	35,78	219,10
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	3,12	0,55	0,00	15,70	65,04
БАНАН банан	200	44,49	2,13	0,71	29,82	136,33
СОК ФРУКТОВЫЙ сок фруктовый	200	21,41	0,97	0,19	19,59	83,42
Итого		86,70	9,16	7,00	100,89	503,89
Всего		348,49	66,49	75,37	306,00	2 058,60