

# МЕНЮ

30 АПРЕЛЯ 2025 г.

| Наименование блюда                              | Выход     |             | Химический состав |            |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------------------------|-----------|-------------|-------------------|------------|-------------|-------------------------------------|
|                                                 | Брутто, г | Нетто,<br>г | Белки, г          | Жиры,<br>г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                         |           |             |                   |            |             |                                     |
| КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                             | 155       |             | 5,4               | 6,3        | 26,9        | 188,0                               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С                              | 180       |             | 3,1               | 2,3        | 15,5        | 94,4                                |
| ВАФЛИ                                           | 20        |             |                   |            |             |                                     |
|                                                 |           |             | 8,5               | 8,6        | 42,4        | 282,4                               |
| II Завтрак                                      |           |             |                   |            |             |                                     |
| ЙОГУРТ                                          | 100       |             | 3,1               | 2,4        | 10,7        | 321,1                               |
|                                                 |           |             | 3,1               | 2,4        | 10,7        | 321,1                               |
| Обед                                            |           |             |                   |            |             |                                     |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ                          | 180/7     |             | 7,8               | 15,6       | 19,1        | 243,1                               |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ<br>РЫБНЫЕ                   | 50        |             | 6,3               | 4,2        | 7,8         | 93,8                                |
| СОУС ТОМАТНЫЙ                                   | 30        |             | 0,3               | 1,2        | 2,1         | 19,3                                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ                              | 110       |             | 3,7               | 0,4        | 26,9        | 127,0                               |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ                                 | 180       |             | 0,5               | 0,1        | 28,5        | 117,9                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30        |             | 2,0               | 0,3        | 12,7        | 61,2                                |
|                                                 |           |             | 20,6              | 21,8       | 97,1        | 662,3                               |
| Полдник                                         |           |             |                   |            |             |                                     |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С                             | 150/20    |             | 3,6               | 4,3        | 43,5        | 227,9                               |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ И ЯГОД<br>ЧЕРНАЯ<br>СМОРОДИНА) | 180       |             | 0,2               | 0,1        | 25,0        | 102,4                               |
| БАТОН ПРОСТОЙ                                   | 30        |             | 2,4               | 0,3        | 14,7        | 71,4                                |
|                                                 |           |             | 6,2               | 4,7        | 83,2        | 401,7                               |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                  |           |             | 38,4              | 37,5       | 233,4       | 1 667,5                             |

# МЕНЮ

30 АПРЕЛЯ 2025 г.

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                             | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                     |           |          |                   |         |             |                               |
| КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                         | 200       |          | 7,0               | 8,1     | 34,7        | 242,6                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С                          | 200       |          | 3,4               | 2,5     | 17,2        | 104,7                         |
| ВАФЛИ                                       | 30        |          |                   |         |             |                               |
|                                             |           |          | 10,4              | 10,6    | 51,9        | 347,3                         |
| II Завтрак                                  |           |          |                   |         |             |                               |
| ЙОГУРТ                                      | 100       |          | 3,1               | 2,4     | 10,7        | 321,1                         |
|                                             |           |          | 3,1               | 2,4     | 10,7        | 321,1                         |
| Обед                                        |           |          |                   |         |             |                               |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ                      | 200/10    |          | 8,7               | 17,7    | 21,3        | 273,5                         |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                  | 70        |          | 8,8               | 5,9     | 10,9        | 131,4                         |
| СОУС ТОМАТНЫЙ                               | 50        |          | 1,3               | 4,1     | 8,0         | 70,1                          |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ                          | 130       |          | 4,4               | 0,5     | 31,8        | 150,1                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                        | 40        |          | 2,7               | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ                             | 200       |          | 0,6               | 0,1     | 31,7        | 131,0                         |
|                                             |           |          | 26,5              | 28,7    | 120,7       | 837,7                         |
| Полдник                                     |           |          |                   |         |             |                               |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С                         | 200/30    |          | 4,7               | 5,6     | 58,9        | 305,2                         |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ И ЯГОД ( ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА) | 200       |          | 0,2               | 0,1     | 27,7        | 113,8                         |
| БАТОН ПРОСТОЙ                               | 40        |          | 3,2               | 0,4     | 19,6        | 95,2                          |
|                                             |           |          | 8,1               | 6,1     | 106,2       | 514,2                         |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                              |           |          | 48,1              | 47,8    | 289,5       | 2 020,3                       |