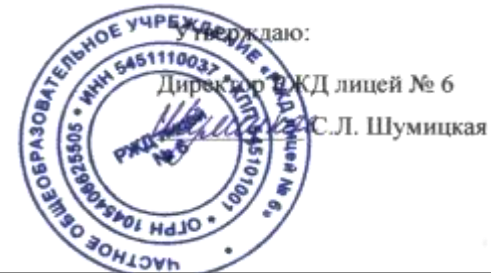


## МЕНЮ



26.02.2026г

| Прием пищи, наименование блюда | 7-11 лет     |                  |         |             |                               | Масса порции | 12 и старше      |         |             |                               |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |              | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                        |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ             | 30           | 1,6              | 8,4     | 10,1        | 122,2                         | 30           | 1,6              | 8,4     | 10,1        | 122,2                         |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ          | 250          | 5,1              | 9,4     | 9,7         | 144,7                         | 300          | 6,1              | 11,3    | 11,6        | 173,6                         |
| КОНФЕТЫ                        | 40           | 1,4              | 1,6     | 10,9        | 64,0                          | 60           | 2,1              | 2,4     | 16,3        | 96,0                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 15           | 1,1              | 0,1     | 7,2         | 34,3                          | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20           | 1,3              | 0,1     | 8,5         | 40,8                          | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК               | 200          | 5,0              | 3,7     | 20,4        | 134,7                         | 200          | 5,0              | 3,7     | 20,7        | 134,7                         |
| Итого за прием пищи:           | 555          | 15,5             | 23,3    | 66,8        | 540,7                         | 640          | 18,3             | 26,2    | 81,1        | 633,7                         |
| Обед                           |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ                 | 50           | 5,1              | 5,1     | 3,3         | 79,5                          | 80           | 8,2              | 8,2     | 5,3         | 127,2                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ               | 275          | 5,3              | 6,9     | 17,2        | 152,6                         | 275          | 5,3              | 6,9     | 17,2        | 152,6                         |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ            | 100          | 12,3             | 14,2    | 30,3        | 298,2                         | 125          | 15,4             | 17,6    | 37,9        | 372,7                         |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ              | 150          | 3,5              | 4,6     | 24,2        | 151,3                         | 150          | 3,5              | 4,6     | 24,2        | 151,3                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 38           | 2,8              | 0,2     | 18,4        | 87,4                          | 65           | 4,8              | 0,3     | 31,5        | 149,5                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 40           | 2,6              | 0,2     | 17,0        | 81,6                          | 50           | 3,2              | 0,3     | 21,2        | 102,0                         |
| КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ            | 100          | 0,5              | 0,2     | 20,9        | 90,4                          | 100          | 0,5              | 0,2     | 20,9        | 90,4                          |
| Итого за прием пищи:           | 753          | 32,1             | 31,4    | 131,3       | 941,0                         | 845          | 40,9             | 38,1    | 158,2       | 1145,7                        |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| БАТОН                          | 20           | 1,5              | 0,5     | 10,2        | 52,4                          | 20           | 1,5              | 0,5     | 10,2        | 52,4                          |
| КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ            | 100          | 0,5              | 0,2     | 20,9        | 90,4                          | 100          | 0,5              | 0,2     | 20,9        | 90,4                          |
| КИВИ                           | 206          | 1,6              | 0,8     | 16,7        | 96,8                          | 206          | 1,6              | 0,8     | 16,7        | 96,8                          |
| Итого за прием пищи:           | 326          | 3,6              | 1,5     | 47,8        | 239,6                         | 326          | 3,6              | 1,5     | 47,8        | 239,6                         |
| Ужин                           |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ        | 100          | 0,8              | 8,1     | 2,4         | 85,1                          | 100          | 0,8              | 8,1     | 2,4         | 85,1                          |
| КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА         | 230          | 11,0             | 13,6    | 25,0        | 266,4                         | 240          | 11,0             | 13,6    | 25,0        | 266,4                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,4        | 92,0                          | 60           | 4,5              | 0,3     | 29,1        | 138,0                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20           | 1,3              | 0,1     | 8,5         | 40,8                          | 40           | 2,6              | 0,2     | 17,0        | 81,6                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ                  | 200          | 0,5              | 0,0     | 28,8        | 118,7                         | 200          | 0,5              | 0,0     | 28,8        | 118,7                         |
| Итого за прием пищи:           | 590          | 16,6             | 22,0    | 84,1        | 603,0                         | 640          | 19,4             | 22,2    | 102,3       | 689,8                         |
| Ужин 2                         |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| ЯЙЦО ВАРЁНОЕ                   | 40           | 5,0              | 4,5     | 0,3         | 61,3                          | 40           | 5,0              | 4,5     | 0,3         | 61,3                          |
| СНЕЖОК                         | 185          | 5,4              | 5,0     | 21,5        | 152,6                         | 225          | 6,1              | 5,6     | 24,2        | 171,7                         |
| Итого за прием пищи:           | 225          | 10,4             | 9,5     | 21,8        | 213,9                         | 265          | 11,1             | 10,1    | 24,5        | 233,0                         |
| Всего за день:                 |              | 78,2             | 87,7    | 351,8       | 2538,2                        |              | 93,3             | 98,1    | 413,9       | 2941,8                        |