

Утверждаю:

*Григорьев*

14 января 2026 г.

### Меню для детей (7-11 л) на 14 января 2026 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>19,6</b>	<b>23,4</b>	<b>94,6</b>	<b>667,4</b>	<b>82,31</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	7,5	7,7	26,0	203	23,94	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	13,03	
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	18,24	
Яблоко	200	3,6	3,9	22,7	136,0	54,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	20	1,5	0,4	12,2	58,4	1,40	
Хлеб Украинский новый	10	0,7	0,1	9,4	41,3	0,70	
<b>Обед</b>			<b>20,2</b>	<b>20,8</b>	<b>96,2</b>	<b>656,8</b>	<b>151,39</b>
Салат из свеклы с сыром	100	3,7	5,3	8,1	94,9	11,33	
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	38,95	
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3	83,25	
Сок яблочный	188	0,8	0,0	23,7	98,0	13,50	
Хлеб витаминизированный «Умница»	31	1,5	0,4	12,2	58,4	2,18	
Хлеб Украинский новый	31	1,4	0,2	18,8	82,6	2,18	
<b>Итого:</b>		<b>39,8</b>	<b>44,2</b>	<b>190,8</b>	<b>1324,2</b>	<b>233,70</b>	

Завхоз: *Григорьев*

Повар: *Григорьев*

Утверждаю:

*Гусев*

14 января 2026г.

### Меню для детей (11 и старше) на 14 января 2026 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>22,5</b>	<b>30,9</b>	<b>111,6</b>	<b>811,5</b>	<b>121,04</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	9,4	9,6	32,5	254	31,41	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	13,03	
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	19,10	
Яблоко	200	3,6	3,9	22,7	136,0	54,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	20	2,0	0,6	16,2	77,8	1,40	
Хлеб Украинский новый	30	2,8	0,6	26,2	121,6	2,10	
<b>Обед</b>			<b>24,3</b>	<b>24,5</b>	<b>112,5</b>	<b>768,0</b>	<b>187,30</b>
Салат из свеклы с сыром	100	4,2	6,5	7,7	106,1	33,68	
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	60,46	
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	399,5	89,11	
Сок яблочный	188	0,8	0,0	23,7	98,0	13,50	
Хлеб витаминизированный «Умница»	50	2,0	0,6	16,2	77,8	3,50	
Хлеб Украинский новый	36	2,8	0,6	26,2	121,6	2,54	
<b>Итого:</b>		<b>46,8</b>	<b>55,4</b>	<b>224,1</b>	<b>1579,5</b>	<b>274,36</b>	

Завхоз: *Гусев*

Повар: *Гусев*