

Утверждаю:

*Завхоз*

28 января 2026 г.

### Меню для детей (7-11 л) на 28 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>99,94</b>
Омлет натуральный	150	13,7	15,4	1,8	201		39,27
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93,0		14,72
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8		2,45
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120,0		40,00
Хлеб витаминизированный «Умница»	20	1,5	0,4	12,2	58,4		1,40
Хлеб Украинский новый	30	0,7	0,1	9,4	41,3		2,10
<b>Обед</b>			<b>20,2</b>	<b>20,8</b>	<b>96,2</b>	<b>656,8</b>	<b>105,71</b>
Салат из свежих помидоров	80	1,3	4,1	7,7	72,9		16,50
Суп картофельный с рыбой	250/50	7,7	5,2	12,9	129		36,49
Плов из птицы	200	12,4	13,5	33,2	304		42,51
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,0	23,9	98,4		5,83
Хлеб витаминизированный «Умница»	31	1,5	0,4	12,2	58,4		2,19
Хлеб Украинский новый	31	1,4	0,2	18,8	82,6		2,19
<b>Итого:</b>		<b>39,8</b>	<b>44,2</b>	<b>190,8</b>	<b>1324,2</b>		<b>205,65</b>

Завхоз: *Завхоз*

Повар: *Повар*

Утверждаю:

*Гусев*

28 января 2026 г.

### Меню для детей (11 и старше) на 28 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>113,56</b>
Омлет натуральный	200	17,5	20,5	2,4	264	52,03
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93,0	14,74
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	3,29
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120,0	40,00
Хлеб витаминизированный «Умница»	20	2,0	0,6	16,2	77,8	1,40
Хлеб Украинский новый	30	1,1	0,2	14,1	60,8	2,10
<b>Обед</b>		<b>24,3</b>	<b>24,5</b>	<b>112,5</b>	<b>768,0</b>	<b>124,16</b>
Салат из свежих помидоров	100	1,6	5,1	9,6	90,75	20,53
Суп картофельный с рыбой	250/50	7,7	5,2	12,9	129	36,64
Плов из птицы	250	15,5	16,8	44,2	390	56,96
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,0	23,9	98,4	5,83
Хлеб витаминизированный «Умница»	26	2,0	0,6	16,2	77,8	1,85
Хлеб Украинский новый	34	2,8	0,6	26,2	121,6	2,35
<b>Итого:</b>		<b>46,8</b>	<b>55,4</b>	<b>224,1</b>	<b>1579,5</b>	<b>237,72</b>

Дополнительное питание 1-4

Вафли

65 3,6 3,9 22,7 136,0 40,00

Дополнительное питание 5-8

Вафли

50 3,6 3,9 22,7 136,0 26,00

Завхоз: *Гусев*

Повар: *Гусев*