

Утверждаю:

*Тул*

12 марта 2026 г.

### Меню для детей (7-11 л) на 12 марта 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>129,68</b>
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	12,53
Наггетсы из курицы запеченные	100	12,6	14,2	5,2	199	62,06
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,68
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	12,01
Печенье	50	3,6	3,9	22,7	136,0	28,00
Хлеб витаминизированный «Умница»	10	1,5	0,4	12,2	58,4	0,80
Хлеб Украинский новый	20	1,4	0,2	18,8	82,6	1,60
<b>Обед</b>		<b>20,2</b>	<b>20,8</b>	<b>96,2</b>	<b>656,8</b>	<b>126,47</b>
Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1,0	44	15,91
Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	27,71
Котлета рыбная «Лада»(из горбуши и минтая)с маслом	90/5	11,5	10,2	8,5	172	54,14
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	10,59
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83,2	13,92
Хлеб витаминизированный «Умница»	26	1,5	0,4	12,2	58,4	2,10
Хлеб Украинский новый	26	1,4	0,2	18,8	82,6	2,10
<b>Итого:</b>		<b>39,8</b>	<b>44,2</b>	<b>190,8</b>	<b>1324,2</b>	<b>256,15</b>

Завхоз: *Тул*

Повар: *Алекс*

Утверждаю:

*Лиса*

12 марта 2026 г.

### Меню для детей (11 и старше) на 12 марта 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>132,54</b>
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	12,53	
Наггетсы из курицы запеченные	100	12,6	14,2	5,2	199	62,54	
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	15,06	
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	12,01	
Печенье	50	3,6	3,9	22,7	136,0	28,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	10	2,0	0,6	16,2	77,8	0,80	
Хлеб Украинский новый	20	2,8	0,6	26,2	121,6	1,60	
<b>Обед</b>			<b>24,3</b>	<b>24,5</b>	<b>112,5</b>	<b>768,0</b>	<b>148,11</b>
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	19,75	
Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	27,70	
Котлета рыбная «Лада»(из горбуши и минтая)с маслом	100/5	14,1	11,8	9,5	201	59,28	
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	23,40	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83,2	13,91	
Хлеб витаминизированный «Умница»	34	2,0	0,6	16,2	77,8	2,68	
Хлеб Украинский новый	17	2,8	0,6	26,2	121,6	1,39	
<b>Итого:</b>		<b>46,8</b>	<b>55,4</b>	<b>224,1</b>	<b>1579,5</b>	<b>280,65</b>	

Завхоз: *Лиса*

Повар: *Лиса*