



# МЕНЮ

## 12 и старше

### ДЕНЬ 10

16.12.2024

| Наименование блюда                          | Выход        |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|---------------------------------------------|--------------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                                             | Брутто,<br>г | Нетто, г | Белки<br>, г      | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Завтрак                                     |              |          |                   |         |             |                                  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                           | 160          |          | 6,6               | 7,2     | 14,3        | 148,0                            |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ                         | 250          |          | 9,0               | 11,1    | 31,9        | 263,6                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 40           |          | 2,6               | 0,4     | 17,0        | 81,6                             |
| КАКАО С МОЛОКОМ                             | 200          |          | 3,8               | 3,0     | 24,5        | 141,1                            |
|                                             |              |          | 22,0              | 21,7    | 87,7        | 634,3                            |
| Обед                                        |              |          |                   |         |             |                                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ<br>СОЛЕННЫМИ     | 120          |          | 1,8               | 5,2     | 15,0        | 114,2                            |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И<br>КАРТОФЕЛЕМ | 200          |          | 8,1               | 6,2     | 20,2        | 169,4                            |
| МЯСО ДУХОВОЕ                                | 280          | 15,6     |                   | 17,7    | 15,0        | 281,6                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 40           | 2,6      |                   | 0,4     | 17,0        | 81,6                             |
| КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ                        | 200          | 0,5      |                   | 0,1     | 27,3        | 113,8                            |
|                                             |              |          | 31,6              | 30,8    | 115,1       | 865,4                            |
| Полдник                                     |              |          |                   |         |             |                                  |
| КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ С СЫРОМ                  | 165          | 8,0      |                   | 11,9    | 26,6        | 246,7                            |
| СОК ВИШНЕВЫЙ                                | 200          | 1,4      |                   | 0,4     | 22,1        | 98,9                             |
|                                             |              |          | 9,4               | 12,3    | 48,7        | 345,6                            |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                              |              |          | 63,0              | 64,8    | 251,5       | 1 845,3                          |