



# МЕНЮ

## 12 и старше

### ДЕНЬ 3

26.02.2025

| 26.02.2025                                 |           |          |                   |         |             |                                  |
|--------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|
| Наименование блюда                         | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|                                            | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Завтрак                                    |           |          |                   |         |             |                                  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                          |           | 50       | 5,1               | 4,2     | 11,5        | 104,1                            |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ |           | 210      | 9,0               | 12,8    | 34,5        | 288,6                            |
| КАКАО С МОЛОКОМ                            |           | 200      | 3,8               | 3,0     | 24,5        | 140,2                            |
| МАНДАРИН                                   |           | 100      | 0,8               | 0,2     | 7,5         | 38,0                             |
|                                            |           |          | 18,7              | 20,2    | 78,0        | 570,9                            |
| Обед                                       |           |          |                   |         |             |                                  |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                           |           | 120      | 1,7               | 12,1    | 11,9        | 163,6                            |
| БОРЩ С МЯСОМ                               |           | 250      | 8,9               | 10,9    | 14,9        | 193,2                            |
|                                            |           |          |                   |         |             |                                  |
| СЕРДЦЕ В СОУСЕ                             |           | 100      | 13,9              | 6,2     | 5,5         | 133,4                            |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                            |           | 230      | 5,4               | 6,4     | 22,9        | 173,8                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                |           | 30       | 2,0               | 0,3     | 14,4        | 67,6                             |
| КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                           |           | 200      |                   |         | 29,2        | 116,8                            |
|                                            |           |          | 34,1              | 36,9    | 115,0       | 930,9                            |
| Полдник                                    |           |          |                   |         |             |                                  |
| ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА                          |           | 135      | 9,0               | 10,4    | 6,2         | 156,2                            |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                           |           | 20       | 1,4               | 1,6     | 10,9        | 64,0                             |
| СОК ВИШНЕВЫЙ                               |           | 200      | 1,4               | 0,4     | 22,1        | 98,9                             |
|                                            |           |          | 11,8              | 12,4    | 39,2        | 319,1                            |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                             |           |          | 64,6              | 69,5    | 232,2       | 1 820,9                          |