

ГОВУСОН МДИУОД

Утверждаю
Директор

Меню 16 декабря 2025г.

Детское отделение

Завтрак:	Каша кукурузная молочная жидкая 300,0/10,0	402,8
	Хлеб ржаной 60,0	123,6
	Кофейный напиток с молоком (вар.№ 1) 200,0	123,1
	Хлеб пшеничный (батон нарезной) 60,0	155,4
	Масло сливочное 10,0	66,1
Всего завтрак:		871,0 ккал
Обед:	Суп картофельный с макаронными изделиями 400,0	260,73
	Котлета припущенная из птицы 80,0	319,75
	Гарнир сложный 150,0/100,0	324,65
	Помидоры с кожицей в собственном соку 50,0	10,0
	Хлеб ржаной, хлеб отрубной 70,0/60,0	144,2/149,4
	Сок яблочный 200,0	92
Всего обед:		1300,72 ккал
Полдник:	Запеканка морковная с творогом 150,0	281,65
	Соус фруктовый 50,0	57,63
	Компот из плодов и ягод сушеных 200,0	128,55
	Фрукты 142,0	66,74
	Кондитерские изделия 15,0	54,9
Всего полдник:		589,47 ккал
Ужин:	Тефтели рыбные 190,0(алл - тефтели мясные 150,0)	224,28
	Молочный соус 90,0	107,38
	Салат «Здоровье» 100,0	92,37
	Кисель из джема 200,0	130,2
	Хлеб ржаной 20,0	41,2
	Хлеб пшеничный (батон нарезной) 20,0	51,8
Всего ужин:		647,23 ккал
2 ужин:	Кисломолочный продукт 200,0; хлеб пшеничный (батон нарезной) 30,0	100,0/77,7
Всего 2-ой ужин:		177,7 ккал
ИТОГО за день		3586,12 ккал