

**"20" июля 2026г**

**МЕНЮ**

| ЗАВТРАК        | САД                               |        |        |        |         |          |
|----------------|-----------------------------------|--------|--------|--------|---------|----------|
|                | Наименование блюд                 | Выход  | Б      | Ж      | У       | Э        |
|                | Макароны запеченные с яйцом       | 200    | 7.12   | 11.017 | 40.175  | 294.887  |
|                | Батон йодированный "Рябинушка"    | 30     | 2.100  | 0.900  | 15.000  | 78.600   |
|                | Чай с сахаром                     | 180/8  | 0.000  | 0.000  | 8.000   | 30.320   |
|                | Итого за завтрак:                 | 418    | 9.220  | 11.917 | 63.175  | 441.207  |
| ОБЕД           | Щи из свежей капусты с картофелем | 200    | 2.020  | 5.010  | 10.184  | 87.070   |
|                | Запеканка картофельная с печенью  | 190/4  | 6.810  | 34.286 | 36.676  | 364.582  |
|                | Компот из яблок и слив            | 180/11 | 0.210  | 0.000  | 16.400  | 65.990   |
|                | Овощи свежие (помидор)            | 47     | 0.720  | 0.000  | 1.880   | 10.800   |
|                | Хлеб ржаной/ пшеничный            | 50/30  | 5.400  | 1.400  | 32.000  | 169.100  |
|                | Итого за обед:                    | 705    | 15.160 | 40.696 | 97.140  | 697.542  |
| ПОЛДНИК        | Пудинг из творога со сметаной     | 130/15 | 18.84  | 5.22   | 21.201  | 286.658  |
|                | Кофейный напиток с молоком        | 180/8  | 1.260  | 1.130  | 10.115  | 53.720   |
|                | Итого за полдник:                 | 333    | 20.100 | 6.350  | 21.201  | 286.658  |
| УЖИН           | Фрукты свежие (яблоки)            | 100    | 0.440  | 0.000  | 11.000  | 49.500   |
| Итого за день: |                                   | 1556   | 44.92  | 58.963 | 192.516 | 1474.907 |

**Стоимость питания 1 ребенка в день 185-15**