

МЕНЮ на 14 января 2026 г.

Приятного аппетита!!!

(среда)

Наименование блюда	с 7-11 лет		с 12-18 лет	
	Выход, г	Энергетич. цен., Ккал	Выход, г	Энергетич. цен., Ккал
ЗАВТРАК				
Йогурт питьевой	120	146	120	219
Омлет натуральный	150	96	200	96
Кофейный напиток	200	86	200	86
Масло сливочное порц.	10	72	10	72
Батон	30	33	30	33
Хлеб ржаной	25	58	25	58
ВИТАМИНИЗАЦИЯ				
Фрукт	130	65	170	86
Сок	200	48	200	48
ОБЕД				
Салат из свеклы с орехом	60	128	100	128
Суп картофельный с рыбой	250	130	250	130
Котлета «Детская»	120	306	120	306
Капуста тушеная	150	315	180	362
Компот из сухофруктов	200	45	200	45
Хлеб пшеничный	50	117	85	191
Хлеб ржаной	30	58	38	56
ПОЛДНИК				
Пудинг творожный с фрук. соусом	150 /20	275	170 /20	337
Кисель "Витошка"	200	82	200	85
УЖИН				
Салат "Рыжик"	60	10	100	12
Гуляш из курицы	100 /50	198	100 /50	198
Картофельное пюре	150	139	180	166
Чай с сахаром	200	40	200	40
Хлеб пшеничный	20	45	20	45
Хлеб ржаной	20	37	38	70
ВТОРОЙ УЖИН				
Ряженка	200	77	200	77