



дата	Наименование блюд	6(7)-10 лет		11-15 лет		16-18лет	
		Грамм	ккал	Грамм	ккал	грамм	ккал
1 26.01.2026	1.Суп гречневый 2. С Плов из птицы 3. Салат с морковь 4.Молоко 5.Яблоко 6.Хлеб	150 150г 60 200 100 40	90 180 80 100 45 90	200 180 80 200 100 40	110 240 100 100 45 90	250 200 100 200 100 40	140 336 120 100 45 90
2 27.01.2026	1.Суп гороховый 2.Ежики из говядины 3.гарнир рожки 4.свежий салат (помидор,огурцы) 5.молоко+мед 6. яблоко 7.хлеб	150 50 100 200 100 40	80 80 100 100 40 90	200 60 80 130 100 40	100 100 130 100 40 90	250 85 150 200 100 40	130 130 200 100 40 90
3 28.01.2026	1.Борщ на к/б 2.Говядина тушенная с овощами 3.Гарнир <u>перловка</u> 4.Кисель 5.Сыр 6.Яблоко 7.Хлеб	150 60 70 200 10 100 40	80 80 90 120 35 40 90	200 75 100 200 20 100 40	100 100 130 120 70 40 90	200 100 150 200 20 100 40	130 130 200 120 70 40 90
4 29.01.2026	1.Суп рисовой 2. Рыба тушенная с овощами 3. Гарнир гречка 4. Салат из капусты 5.Кефир 6.Творог сладкий 7.Хлеб	150 60 70 60 200 100 40	90 90 90 80 80 130 90	200 75 100 80 200 100 40	110 120 130 80 80 130 90	250 100 150 100 200 100 40	140 160 200 80 80 130 90
5 30.01.2026	1. Суп гречневый 2. Говядина отварная 3. гарнир рожки 4.Салат свекольный 5.Сок 6.Творог сладкий 7.Хлеб	150 60 80 60 200 100 40	90 90 100 80 90 130 90	200 80 100 80 200 100 40	110 120 130 80 90 130 90	250 100 150 100 200 100 40	140 160 200 80 90 130 90

дата	Наименование блюд	6(7)-10 лет		11-15 лет		16-18лет	
		Грамм	ккал	Грамм	ккал	грамм	ккал
6 02.02.2026	1.Суп гороховый 2.Курица отварная 3.гарнир рожки 4.Салат с морковный 5.творог сладкий 6.Кисель 7.Хлеб	150 60г 80 60 100 200 40	80 100 100 80 130 120 90	200 75 100 60 100 200 40	100 130 130 80 130 120 90	250 100 150 60 100 200 40	130 160 200 80 130 120 90
7 03.02.2026	1. Борщ 2.Митболы из говядины 3.Гарнир гречка 4.молоко 5.Яблоко 6.Хлеб	150 50 70 200 100 40	80 90 90 100 40 90	200 70 100 200 100 40	100 130 130 100 40 90	250 90 150 200 100 40	130 170 200 100 40 90
8 04.02.2026	1.Суп гречневый на к/б 2. Плов из говядины 3. Салат из капусты 4.Кефир 5.яблоко 6.Хлеб	150 150 60 200 100 40	90 210 80 80 40 90	200 200 60 200 100 40	110 280 80 80 40 90	250 250 60 200 100 40	140 360 80 80 40 90
9 05.02.2026	1.Суп рисовой 2.рыба тушеная 3.Гарнир рожки 4.салат свекольный 5.Компот 6.Творог сладкий 7.Хлеб	150 60 80 60 200 100 40	90 90 100 80 90 130 90	200 75 100 60 200 100 40	110 120 130 80 90 130 90	250 100 150 60 200 100 40	140 160 200 80 90 130 90
10 06.02.2026	1. Суп гречневый 2.говядина тушеная 3.гарнир рожки 4.салат свежий (помидор,огурцы) 4.Молоко 5.Яблоко 6.Хлеб	150 150 70 200 100 40	80 110 90 100 40 90	200 200 100 200 100 40	100 240 130 100 40 90	250 250 150 200 100 40	130 360 200 100 40 90

Повар Ф68 Подгайная С.В