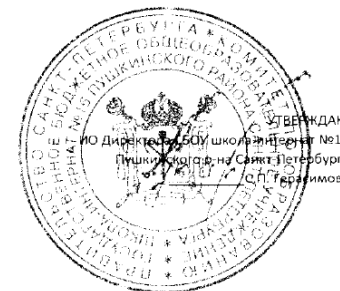


МЕНЮ
ГОЛ Надежда 7-11 лет
на среду
10 июня 2026 г.

МЕНЮ
ГОЛ Надежда 12-18 лет
на среду
10 июня 2026 г.



Сбор-ник рецеп-ты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
		ЗАВТРАК					
2008	189	Каша пшеничная жидкая	200	9,5	9	28	229
2011	377	Чай с лимоном	200	0,2		7,3	31,1
2008	2	Бутерброд с джемом	50	5	8	25	190
к/к	1Г-1	Груша свежая	100	0,5	0,3	10,3	47
к/к	1Б-25	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	20	2	1	10,6	56
к/к	1К-01	Печенье	25	3	2,5	15	95
		ОБЕД					
2008	23	Салат из свежих помидоров и огурцов	90	1	9	2,6	87,8
2008	99	Суп картофельный гороховый с говядиной и гречками	250	9,5	9	26	200
2008	248	Хлебцы рыбные (паровые)	90	12,4	5,8	17	170
2008	125	Картофельное пюре с морковью	160	2,7	6,6	20,6	150
2011	355	Кисель из кураги	200	0,6	0,1	28	106,5
к/к	1Б-20	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	30	3	2	15	90
к/к	1Х-45	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	45	1,8	0,5	15,8	100,8
		ПОЛДНИК					
2008	467	Булочка домашняя	100	10	11	30	250
к/к	1С-01	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
к/к	1Я-1	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Всего				62,8	65,6	286,1	1959,7

Сбор-ник рецеп-ты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
		ЗАВТРАК					
2008	189	Каша пшеничная жидкая	220	10	11	29	275
2011	377	Чай с лимоном	200	0,3		10,4	44,1
2008	2	Бутерброд с джемом	60	5	10	25	210
к/к	3Г-01	Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	47
к/к	3Б-35	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	25	1,5	1,2	13,3	70
к/к	1К-01	Печенье	25	3	4	14	100
		ОБЕД					
2008	23	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	2	6	3,2	64,3
2008	99	Суп картофельный гороховый с говядиной и гречками	250	13	9,5	25	224
2008	248	Хлебцы рыбные (паровые)	120	16	10	19,6	200
2008	125	Картофельное пюре с морковью	200	6	9	24,9	183,9
2011	355	Кисель из кураги	200	1	0,1	30	137,6
к/к	3Б-30	Батон обогащенный микроэлементами, витаминами	30	2	1,8	15,9	84
к/к	3Х-60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	60	2,4	0,6	21	134,4
		ПОЛДНИК					
2008	467	Булочка домашняя	100	10	10	40	280
к/к	3С-01	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
к/к	1Я-1	Яблоко свежее	200	0,8	1	19,6	94
Всего				74,4	74,7	321,4	2234,3

* для школьников предоставляется завтрак и обед