



«СОГЛАСОВАНО»  
 ООО "НЕКТАР"  
 по договору соисполнения  
 Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»  
 ИП ОРЛОВ  
 дов. №10-2025-К от 22.12.25г  
 Кравченко Т.Н.



МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 20 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
71	Огурцы свежие	60	0,49	0,06	1,14	
291	Плов из птицы	180	11,25	9,42	32,16	274,80
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Печенье	25	1,61	2,04	25,41	93,33
	<b>Итого</b>	<b>515</b>	<b>23,21</b>	<b>19,84</b>	<b>88,74</b>	<b>594,33</b>
	<b>Обед</b>					
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	60	0,58	3,64	2,19	42,41
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	72,00
235	Шницель рыбный	100	13,76	8,08	35,00	164,00
310	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,03	142,49
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>24,65</b>	<b>21,34</b>	<b>141,86</b>	<b>753,33</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1395</b>	<b>47,86</b>	<b>41,18</b>	<b>230,60</b>	<b>1347,66</b>

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 20 " 06 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
71	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	12,00
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Печенье	45	2,88	3,66	45,55	167,34
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>28,58</b>	<b>23,86</b>	<b>117,68</b>	<b>741,84</b>
	<b>Обед</b>					
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	100	0,96	6,08	3,65	70,70
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	90,00
235	Шницель рыбный	100	13,76	8,08	35,00	164,00
310	Картофель отварной	180	3,43	5,19	27,64	170,99
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>1030</b>	<b>27,73</b>	<b>25,95</b>	<b>164,07</b>	<b>897,87</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1650</b>	<b>56,31</b>	<b>49,81</b>	<b>281,75</b>	<b>1639,71</b>

Зав.произв

# Приятного аппетита