

ГОБУСОН
«МОНЧЕГОРСКИЙ ДОМ-ИНТЕРНАТ»
Утверждаю
Директор

Меню 05 января 2026 г.
Детское отделение

Завтрак:	Каша пшеничная молочная жидккая 300,0/6,0	361,61
	Хлеб ржаной 60,0	123,6
	Кофейный напиток с молоком (вар №1) 200,0	123,1
	Хлеб пшеничный (батон нарезной) 60,0	155,4
	Масло сливочное 10,0	66,1
	Сыр порциями 27,0	92,61
Всего завтрак :		922,42 ккал
Обед:	Рассольник ленинградский 400,0/10,0	273,17
	Биточки мясные 80,0	292,58
	Макароны отварные с овощами 220,0	301,72
	Помидоры в собственном соку 50,0	10,0
	Сок яблочный 200,0	92,0
	Хлеб ржаной, хлеб отрубной 70,0/60,0	144,2/149,4
Всего обед:		1263,06 ккал
Полдник:	Булочка ванильная 80,0	264,27
	Компот из свежих плодов или ягод 200,0	92,036
	Фрукты 185,0	86,95
	Кондитерские изделия 15,0	48,15
Всего полдник :		491,41 ккал
Ужин:	Колбаса молочная отварная 95,0	239,4
	Капуста тушёная 250,0	105,27
	Яйцо вареное (аллерг-сыр) 40,0/27,0	62,8
	Винегрет овощной 120,0	93,4
	Компот из смеси сухофруктов 200,0	89,07
	Хлеб ржаной 20,0 Хлеб пшеничный (батон нарезной) 20,0	41,2/51,8
Всего ужин :		682,94 ккал
2 ужин:	Кисломолочный продукт 200,0; хлеб пшеничный (батон нарезной) 30,0	100,0/77,7
Всего 2-й ужин :		177,7 ккал
ИТОГО за день 3537,52 ккал		