

ГОБУСОН
«МОНЧЕГОРСКИЙ ДОМ-ИНТЕРНАТ»
Утверждаю
Директор

Меню 06 января 2026 г.
Детское отделение

Завтрак:	Каша ячневая молочная вязкая 300,0/6,5	367,425
	Хлеб ржаной 60,0	123,6
	Какао с молоком 200,0 (вар.№1) (аллерг. -Чай с сахаром 200,0)	177,3
	Хлеб пшеничный (батон нарезной) 60,0	155,4
	Масло сливочное 10,0	66,1
	Всего завтрак : 889,83 ккал	
Обед:	Борщ с капустой и картофелем 400,0/10,0	239,95
	Плов из отварной птицы 210,0	585,295
	Перец болгарский в томатном соусе «Лечо» 70,0	38,5
	Сок яблочный 200,0	92,0
	Хлеб ржаной, хлеб отрубной 70,0/60,0	144,2/149,4
	Всего обед: 1249,35 ккал	
Полдник:	Сырники из творога с джемом 160,0/15,0	430,49
	Чай с сахаром 200,0	56,85
	Фрукты 75,0	72,0
	Всего полдник : 559,34 ккал	
Ужин:	Рыба припущенная в молоке 120,0 (алл-мясо тушёное 70,0/70,0)	158,0
	Пюре картофельное запеченное 200,0/13,0	285,75
	Салат из свеклы с растительным маслом 80,0	71,2
	Напиток из шиповника 200,0	132,6
	Кондитерские изделия 20,0	45,87
	Хлеб ржаной 20,0; Хлеб пшеничный (батон нарезной) 20,0	41,2/51,8
	Всего ужин : 848,94 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 3725,15 ккал		