

ГОБУСОН
«МОНЧЕГОРСКИЙ ДОМ-ИНТЕРНАТ»
Утверждаю
Директор

Меню 10 января 2026 г.
Детское отделение

Завтрак:	Каша манная молочная вязкая 300,0/6,5	360,54
	Хлеб ржаной 60,0	123,6
	Какао с молоком (вар.№1) 200,0, аллерг. Чай с сахаром 200,0	177,30
	Хлеб пшеничный(батон нарезной)60,0	155,4
	Масло сливочное 10,0	66,1
Всего завтрак:		882,94 ккал
Обед:	Суп картофельный с бобовыми 400,0	268,79
	Голубцы ленивые, соус сметанный 180,0/70,0	365,29/96,16
	Салат «Степной» 100,0	97,2
	Сок яблочный 200,0	92,0
	Хлеб ржаной, хлеб отрубной 70,0/60,0	144,2/149,4
Всего обед:		1213,04 ккал
Полдник:	Яблоки, фаршированные творогом 160,0	207,53
	Кондитерские изделия 15,0	81,3
	Компот из свежемороженой ягод 200,0	110,15
	Фрукты 131,0	61,57
Всего полдник :		460,55 ккал
Ужин:	Пельмени отварные рыбные 220,0 (аллерг-пельмени отварные мясные 200,0)	300
	Салат картофельный с зелёным горошком 80,0	128,27
	Кисель из джема 200,0	130,195
	Хлеб ржаной 20,0	41,2
	Хлеб пшеничный(батон нарезной) 20,0	51,8
Всего ужин :		651,47 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		3385,7 ккал