

**2 НЕДЕЛЯ**  
**Четверг**  
**22.01.2026г**

| <b>Завтрак-1</b>                                  | <b>Выход</b> | <b>ККАЛ</b>     |
|---------------------------------------------------|--------------|-----------------|
| Сыр голландский (порциями)                        | 10           | 70,00           |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком         | 150/20       | 392,00          |
| Кофейный напиток с молоком                        | 200          | 103,30          |
| Батон                                             | 50           | 159,00          |
| <b>Итого</b>                                      |              | <b>724,30</b>   |
| <b>Завтрак-2</b>                                  |              |                 |
| Котлы кумеч                                       | 100          | 380,00          |
| Ряженка                                           | 200          | 112,00          |
| <b>Итого</b>                                      |              | <b>492,00</b>   |
| <b>Обед</b>                                       |              |                 |
| Фрукты свежие                                     | 100          | 70,50           |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, |              |                 |
| с мясными фрикадельками                           | 250/10/30    | 302,60          |
| Птица тушеная с овощами                           | 75/50        | 209,90          |
| Каша пшеничная вязкая                             | 150          | 154,20          |
| Кисель из концентрата                             | 200          | 30,00           |
| Хлеб пшеничный                                    | 50           | 144,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный                              | 50           | 84,00           |
| <b>Итого</b>                                      |              | <b>995,20</b>   |
| <b>Ужин-1</b>                                     |              |                 |
| Салат из морской капусты с растительным маслом    | 50           | 96,00           |
| Гуляш из говядины                                 | 75/50        | 198,00          |
| Макароны отварные                                 | 200          | 213,00          |
| Чай с сахаром, с лимоном                          | 200/8        | 65,00           |
| Хлеб пшеничный                                    | 60           | 144,00          |
| <b>Итого</b>                                      |              | <b>716,00</b>   |
| <b>Ужин-2</b>                                     |              |                 |
| Ватрушка с повидлом                               | 100          | 278,00          |
| Сок фруктовый                                     | 200          | 100,00          |
| <b>Итого</b>                                      |              | <b>378,00</b>   |
| <b>Всего</b>                                      |              | <b>3 305,50</b> |

Директор  
Зав.столовой

