

**Меню на день 21 августа 2026 г.
5 день: Столовая №1**

Категория **Дети (1-3 лет)**

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,4	6,9	45,2	273	21,71
Каша гречневая жидкая	150	4,1	4,4	16,6	123	11,70
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,67
Кофейный напиток	180	2,1	2,3	13,3	82	7,35
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	120	3,3	5	15,9	122	2,12
Компот из свежих ягод - Д	180	0,1		12,7	51,6	10,78
2-й завтрак		0,1		17,4	70	10,35
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	10,35
Обед		16,5	18,9	67,4	505	64,21
Икра морковная	40	0,8	2,9	3,5	43	4,39
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	17,43
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	23,04
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	10,79
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	5,52
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Суп с мясом Д	250/10	1,5	3,3	6,9	63,6	8,05
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	18,13
Картофель толченый по-деревенски	120	2,2	7,5	15,3	138	7,42
Полдник		4	3,9	20,7	134	15,20
Мучное изделие пром.производства	20	0,3	0,4	14,3	62	1,56
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,5	6,4	72	13,64
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,59
Ужин		6,8	11	31	250,3	33,26
Салат из огурцов с маслом	40	0,4	3	1,3	34	4,32
Тефтели из мяса	40	4,4	5,1	4,8	83,3	17,48
Овощи тушеные в соусе	80	1,7	2,8	10,1	72	9,97
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,87
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	35,36
Картофель отварной - Д	150	2,8	3,4	21,8	129,4	8,96
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		35	41	182	1 232	144,80

Повар

(подпись)

Пустозёрова Ольга Евгеньевна

(расшифровка)

**Меню на день 21 августа 2026 г.
5 день: Столовая №1**

Категория **Дети (3-7 лет)**

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	8,8	63,4	374	29,40
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	15,37
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,53
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,49
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	4,1	0,8	29	194	2,68
Компот из свежих ягод - Д	180	0,1		12,7	51,6	10,69
2-й завтрак		0,4	0,2	16,4	68,3	5,31
Сок (180)	150	0,4	0,2	16,4	68,3	5,31
Обед		19,8	21,8	87,8	628	79,42
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61	6,57
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	19,53
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	29,09
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	13,23
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	6,74
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,86
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Суп с мясом Д	250/10	1,5	3,3	6,9	63,6	7,97
Мясо отварное - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	35,36
Картофель толченый по-деревенски	120	2,2	7,5	15,3	138	7,42
Полдник		4,2	4,7	29,9	178,7	15,98
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,34
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,64
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	50	4,8	3,8	22,2	142	43,09
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,59
Ужин		9,6	15,4	40,8	341,3	43,32
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	6,26
Тефтели из мяса	50	6,4	6,8	6	110,7	22,80
Овощи тушеные в соусе	100	2,1	4,3	12,8	98,7	12,11
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,90
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	35,36
Картофель отварной - Д	150	2,8	3,4	21,8	129,4	8,95
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		44	51	238	1 590	173,52

Повар

(подпись)

Пустозёрова Ольга Евгеньевна

(расшифровка)