

**Меню на день 28 августа 2026 г.  
10 день: Столовая №1**

Категория **Дети (1-3 лет)**

Диета

| Наименование блюда                          | Выход<br>блюда, г | Б           | Ж           | У           | Ккал         | Средняя<br>стоимость |
|---------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b>                              |                   | <b>6,2</b>  | <b>9,7</b>  | <b>36,7</b> | <b>258</b>   | <b>18,75</b>         |
| Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом | 150               | 4,5         | 5,9         | 20,8        | 154          | 10,22                |
| Бутерброд с маслом                          | 15/5              | 1,6         | 3,8         | 7,4         | 70           | 6,67                 |
| Чай с лимоном                               | 150               | 0,1         |             | 8,5         | 34           | 1,86                 |
| <b>2-й завтрак</b>                          |                   | <b>0,1</b>  |             | <b>17,4</b> | <b>70</b>    | <b>10,35</b>         |
| Сок (70 ккал)                               | 150               | 0,1         |             | 17,4        | 70           | 10,35                |
| <b>Обед</b>                                 |                   | <b>15,3</b> | <b>18,5</b> | <b>74,6</b> | <b>526</b>   | <b>61,97</b>         |
| Салат из огурцов с маслом                   | 40                | 0,4         | 3           | 1,3         | 34           | 4,32                 |
| Уха рыбацкая                                | 150/50            | 5,1         | 5,3         | 12,6        | 119          | 21,39                |
| Биточки рубленые из птицы запеченные        | 60                | 6,8         | 7,6         | 7,5         | 126          | 23,98                |
| Макаронные изделия отварные                 | 110               | 1,9         | 2,1         | 27,8        | 137          | 4,93                 |
| Кисель из свежих ягод                       | 150               | 0,3         | 0,2         | 13,4        | 56           | 5,52                 |
| Хлеб пшеничный                              | 10                | 0,2         | 0,1         | 4,4         | 19           | 0,62                 |
| Хлеб ржаной                                 | 20                | 0,6         | 0,2         | 7,6         | 35           | 1,20                 |
| <b>Полдник</b>                              |                   | <b>5,8</b>  | <b>8,7</b>  | <b>35,6</b> | <b>244,2</b> | <b>24,94</b>         |
| Булочка "Нежная"                            | 50                | 1,5         | 3,9         | 28,5        | 155          | 13,60                |
| Молоко питьевое кипяченое                   | 150               | 4,3         | 4,8         | 7,1         | 89,2         | 11,34                |
| <b>Ужин</b>                                 |                   | <b>14,1</b> | <b>9,5</b>  | <b>36,5</b> | <b>287,7</b> | <b>46,40</b>         |
| Суфле творожное со сладкой глазурью - 120   | 100/20            | 12,9        | 8,5         | 28,3        | 241          | 43,38                |
| Чай с молоком                               | 150               | 1,2         | 1           | 8,2         | 46,7         | 3,01                 |
| <b>Соль</b>                                 |                   |             |             |             |              | <b>0,06</b>          |
| Соль                                        | 3                 |             |             |             |              | 0,06                 |
| <b>Итого за день</b>                        |                   | <b>42</b>   | <b>46</b>   | <b>201</b>  | <b>1 386</b> | <b>162,48</b>        |

Повар

(подпись)

Фоминых Елена Владимировна

(расшифровка)

**Меню на день 28 августа 2026 г.  
10 день: Столовая №1**

Категория **Дети (3-7 лет)**

Диета

| Наименование блюда                                 | Выход<br>блюда, г | Б           | Ж           | У           | Ккал         | Средняя<br>стоимость |
|----------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b>                                     |                   | <b>7,6</b>  | <b>10,2</b> | <b>46,7</b> | <b>308</b>   | <b>23,47</b>         |
| Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом        | 200               | 5,9         | 6,4         | 28,8        | 196          | 14,75                |
| Бутерброд с маслом (10)                            | 15/5              | 1,6         | 3,8         | 7,4         | 70           | 6,67                 |
| Чай с лимоном                                      | 180               | 0,1         |             | 10,5        | 42           | 2,04                 |
| Каша гречневая вязкая с маслом растительным        | 150               | 4,1         | 0,8         | 29          | 194          | 2,68                 |
| <b>2-й завтрак</b>                                 |                   | <b>0,4</b>  | <b>0,2</b>  | <b>16,4</b> | <b>68,3</b>  | <b>5,31</b>          |
| Сок (180)                                          | 150               | 0,4         | 0,2         | 16,4        | 68,3         | 5,31                 |
| <b>Обед</b>                                        |                   | <b>19,6</b> | <b>21,9</b> | <b>96</b>   | <b>659,8</b> | <b>78,27</b>         |
| Салат из огурцов с маслом                          | 60                | 0,6         | 4,1         | 1,9         | 47           | 6,26                 |
| Уха рыбацкая                                       | 180/50            | 5,9         | 5,8         | 15,1        | 136          | 27,87                |
| Биточки рубленые из птицы запеченные               | 70                | 8,7         | 8,9         | 10,3        | 156          | 28,31                |
| Макаронные изделия отварные                        | 120               | 2,8         | 2,2         | 29,4        | 148,8        | 5,46                 |
| Кисель из свежих ягод                              | 180               | 0,3         | 0,2         | 15,4        | 64           | 6,74                 |
| Хлеб пшеничный                                     | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8         | 39           | 1,24                 |
| Хлеб ржаной                                        | 40                | 0,9         | 0,5         | 15,1        | 69           | 2,40                 |
| Уха рыбацкая                                       | 180/50            | 5,8         | 6,9         | 15,1        | 146          | 24,08                |
| Куриная котлета Д                                  | 50                | 14,2        | 9,4         | 0,4         | 143          | 26,89                |
| Макаронные изделия безглютеновые отварные-Д        | 120               | 2,5         | 3,2         | 24,7        | 138          | 10,46                |
| <b>Полдник</b>                                     |                   | <b>5,9</b>  | <b>8,7</b>  | <b>35,6</b> | <b>243,5</b> | <b>17,24</b>         |
| Булочка "Нежная"                                   | 50                | 1,5         | 3,9         | 28,5        | 155          | 5,90                 |
| Молоко питьевое кипяченое                          | 150               | 4,4         | 4,8         | 7,1         | 88,5         | 11,34                |
| Мучное изделие без содержания МП пром.производства | 50                | 4,8         | 3,8         | 22,2        | 142          | 43,09                |
| Компот из изюма - Д                                | 180               | 0,1         |             | 9,5         | 38,7         | 3,42                 |
| <b>Ужин</b>                                        |                   | <b>14,3</b> | <b>9,7</b>  | <b>38,1</b> | <b>295,9</b> | <b>60,62</b>         |
| Суфле творожное со сладкой глазурью - 150          | 150               | 12,9        | 8,5         | 28,3        | 241          | 56,55                |
| Чай с молоком                                      | 180               | 1,4         | 1,2         | 9,8         | 54,9         | 4,06                 |
| Каша пшенная жидкая на воде с м/р                  | 200               | 3,7         | 5,5         | 19,4        | 142          | 2,06                 |
| Чай - Д                                            | 180               | 0,1         |             |             | 0,1          | 0,15                 |
| <b>Соль</b>                                        |                   |             |             |             |              | <b>0,10</b>          |
| Соль                                               | 5                 |             |             |             |              | 0,10                 |
| <b>Итого за день</b>                               |                   | <b>48</b>   | <b>51</b>   | <b>233</b>  | <b>1 576</b> | <b>185,01</b>        |

Повар

(подпись)

Фоминых Елена Владимировна

(расшифровка)