

Меню на день 21 сентября 2026 г.

5 день: Столовая №1

Диета

Категория

Дети (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,4	6,9	45,2	273	22,24
Каша гречневая жидкая	150	4,1	4,4	16,6	123	12,22
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,68
Кофейный напиток	180	2,1	2,3	13,3	82	7,34
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	120	3,3	5	15,9	122	2,92
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	58,88
Икра морковная	40	0,8	2,9	3,5	43	2,71
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	15,80
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	23,05
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	8,62
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	5,65
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Борщ с капустой и картофелем с курицей	150/10	3	4,3	10,4	97	11,76
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	18,04
Картофель толченный по-деревенски	120	2,2	7,5	15,3	138	5,29
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
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	30	6,1	4,6	10,3	107	22,21
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,59
Ужин		6,8	11	31	250,3	31,15
Салат из огурцов с маслом	40	0,4	3	1,3	34	4,40
Тефтели из мяса	40	4,4	5,1	4,8	83,3	17,40
Овощи тушеные в соусе	80	1,7	2,8	10,1	72	7,75
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,98
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	35,26
Картофель отварной - Д	150	2,8	3,4	21,8	129,4	5,78
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		35	41	182	1 232	137,88

Повар

(подпись)

Фоминых Елена Владимировна

(расшифровка)

Меню на день 21 сентября 2026 г.

5 день: Столовая №1

Диета

Категория

Дети (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	8,8	63,4	374	30,44
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	16,41
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,55
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	3,69
Компот из свежих ягод - Д	180	0,1		12,7	51,6	10,67
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	72,30
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61	4,05
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	17,48
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	29,09
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	10,52
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	6,90
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,86
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Борщ с капустой и картофелем с курой	180/10	3,8	5,2	12,8	113	12,32
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	18,04
Картофель толченный по-деревенски	120	2,2	7,5	15,3	138	5,29
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	15	2,5	3	11,2	82	11,10
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,59
Ужин		9,6	15,4	40,8	341,3	41,00
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	6,37
Тефтели из мяса	50	6,4	6,8	6	110,7	22,71
Овощи тушеные в соусе	100	2,1	4,3	12,8	98,7	9,67
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	1,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	35,26
Картофель отварной - Д	150	2,8	3,4	21,8	129,4	5,78
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		44	51	238	1 590	165,14

Повар

(подпись)

Фоминых Елена Владимировна

(расшифровка)

