

Меню на день 28 сентября 2026 г.

10 день: Столовая №1

Диета

Категория

Дети (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		6,2	9,7	36,7	258	18,69
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	150	4,5	5,9	20,8	154	10,08
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Чай с лимоном	150	0,1		8,5	34	1,94
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	120	3,3	5	15,9	122	2,92
2-й завтрак		0,1		17,4	70	10,35
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	10,35
Обед		15,3	18,5	74,6	526	60,21
Салат из огурцов с маслом	40	0,4	3	1,3	34	4,40
Уха рыбацкая	150/50	5,1	5,3	12,6	119	19,65
Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,8	7,6	7,5	126	23,88
Макаронные изделия отварные	110	1,9	2,1	27,8	137	4,80
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	5,65
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Уха рыбацкая	150/50	4,8	5,5	12,6	119	16,65
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,78
Макаронные изделия безглютеновые отварные-Д	120	2,5	3,2	24,7	138	9,99
Полдник		5,8	8,7	35,6	244,2	24,96
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155	13,61
Молоко питьевое кипяченое	150	4,3	4,8	7,1	89,2	11,34
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	50	4,8	3,8	22,2	142	43,82
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,33
Ужин		14,2	9,7	42,2	312,7	56,49
Суфле творожное со сладкой глазурью -120	100/20	12,9	8,5	28,3	241	43,41
Чай с молоком	150	1,2	1	8,2	46,7	3,08
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	10,00
Каша пшенная жидкая на воде с м/р	150	2,8	4,4	15	111	1,61
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		42	47	207	1 411	170,76

Повар

(подпись)

Пустозёрова Ольга Евгеньевна

(расшифровка)

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

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

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,6	10,2	46,7	308	23,38
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196	14,56
Бутерброд с маслом (10)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,14
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	4,1	0,8	29	194	3,69
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		19,6	21,9	96	659,8	76,11
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	6,37
Уха рыбацкая	180/50	5,9	5,8	15,1	136	25,80
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156	28,09
Макаронные изделия отварные	120	2,8	2,2	29,4	148,8	5,30
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	6,90
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	22,06
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,78
Макаронные изделия безглютеновые отварные-Д	120	2,5	3,2	24,7	138	9,99
Полдник		5,9	8,7	35,6	243,5	17,25
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155	5,91
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	43,82
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,42
Ужин		14,4	9,9	43,8	320,9	70,76
Суфле творожное со сладкой глазурью -150	150	12,9	8,5	28,3	241	56,61
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,15
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	10,00
Каша пшенная жидкая на воде с м/р	200	3,7	5,5	19,4	142	2,16
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,14
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		48	51	239	1 601	192,89

Повар

(подпись)

Пустозёрова Ольга Евгеньевна

(расшифровка)

