

Меню на день 14 сентября 2026 г.

10 день: Столовая №1

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		6,2	9,7	36,7	258	18,78
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	150	4,5	5,9	20,8	154	10,17
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 из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая на воде с м/р	150	2,7	4	19,5	128	1,50
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	61,97
Салат из огурцов с маслом	40	0,4	3	1,3	34	4,36
Уха рыбацкая	150/50	5,1	5,3	12,6	119	21,40
Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,8	7,6	7,5	126	24,00
Макаронные изделия отварные	110	1,9	2,1	27,8	137	4,79
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	5,61
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Суп с мясом Д	250/10	1,5	3,3	6,9	63,6	8,10
Макаронные изделия отварные с маслом растительным	110	1,8	3,7	27,6	151	2,66
Полдник		5,8	8,7	35,6	244,2	24,96
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155	13,62
Молоко питьевое кипяченое	150	4,3	4,8	7,1	89,2	11,34
Ужин		14,2	9,7	42,2	312,7	59,99
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	13,50
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		42	47	207	1 411	176,11

Повар

(подпись)

Пустозёрова Ольга Евгеньевна

(расшифровка)

Меню на день 14 сентября 2026 г.
10 день: Столовая №1

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,6	10,2	46,7	308	23,49
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196	14,67
Бутерброд с маслом (10)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,15
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	78,29
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	6,31
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	28,32
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	6,85
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
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	8,07
Мясо отварное - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	35,36
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	43,09
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,38
Ужин		14,4	9,9	43,8	320,9	74,27
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	4,16
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	13,50
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	0,12
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		48	51	239	1 601	198,71

Повар

(подпись)

Пустозёрова Ольга Евгеньевна

(расшифровка)