

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

Категория Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		9	8,6	40,7	276	22,63
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом(н)	150	4,5	5,9	20,8	154	10,09
Бутерброд с сыром(н)	20/10	4,2	2,6	7,2	69	9,97
Чай с лимоном(н)	180	0,1		8,3	34	1,95
Хлеб пшеничный(н)	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	120	3,3	5	15,9	122	2,92
2-й завтрак		0,1		17,4	70	8,28
Сок (н)	120	0,1		17,4	70	8,28
Обед		16	17	72	515	61,32
Овощи натуральные (н)	40	0,4	3	1,3	34	4,04
Уха рыбацкая(н)	150/30	4,4	3,6	12,6	100	13,63
Котлета"Нежная"из говядины и птицы,запеченная(н)	60	7,3	6,9	8,8	127	25,80
Макароны отварные с овощами(н)	120	2,4	2,8	18,3	108	9,15
Кисель из свежих ягод(н)	150	0,3	0,2	13,4	56	5,65
Хлеб пшеничный(н)	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной(н)	30	0,8	0,3	8,8	51	1,80
Суп с курицей Д	250/10	1,5	3,3	6,9	63,6	9,18
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,77
Макаронные изделия безглютеновые отварные-Д	120	2,5	3,2	24,7	138	9,99
Полдник		8,3	9,6	31,4	245	21,61
Пирожок печенный с картофелем(н)	60	3,1	3,8	22,9	138	8,00
Молоко питьевое кипяченое(н)	180	5,2	5,8	8,5	107	13,61
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
Ужин		14,8	12,8	54,1	391	53,81
Запеканка из творога с джемом (н)	115/15	13,3	11,2	24,1	250	40,61
Чай с молоком(н)	180	1,4	1,2	9,8	56	3,70
Фрукт (55 ккал)(н)	95	0,1	0,4	20,2	85	9,50
Каша пшенная жидкая на воде с м/р	150	2,8	4,4	15	111	1,60
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,14
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		48	48	216	1 497	167,71

Повар

(подпись)

Алексеева Елена Александровна

(расшифровка)

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

Категория **Дети (3-7 лет)**

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		12,5	11	53,1	362	36,14
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом(н)	200	5,9	6,4	28,8	196	14,57
Бутерброд с сыром (Н)	20/20	6,1	4,4	7,2	93	18,36
Чай с лимоном(н)	180	0,1		8,3	34	1,97
Хлеб пшеничный(н)	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	4,1	0,8	29	194	3,69
2-й завтрак		0,3		22,4	91	7,08
Сок (н)	200	0,3		22,4	91	7,08
Обед		20,3	20,2	128	666	81,08
Овощи натуральные (н)	60	0,9	0,2	30	17	6,06
Уха рыбацкая(н)	180/30	4,7	4,7	15,1	122	15,06
Котлета "Нежная" из говядины и птицы,запеченная(н)	80	9,7	10,5	11,8	180	37,81
Макароны отварные с овощами(н)	150	3,2	3,8	27,4	157	10,99
Кисель из свежих ягод(н)	180	0,3	0,2	15,4	64	6,90
Хлеб пшеничный(н)	30	0,6	0,3	13,2	57	1,86
Хлеб ржаной(н)	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Суп с курицей Д	250/10	1,5	3,3	6,9	63,6	9,18
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,77
Макаронные изделия отварные с м/р	150	3,3	4,7	36,8	203	3,39
Полдник		8,9	10,2	32,3	256	22,78
Пирожок печенный с картофелем(н)	60	3,1	3,8	22,9	138	7,66
Молоко питьевое кипяченое(н)	200	5,8	6,4	9,4	118	15,12
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	3,40
Ужин		18,7	13,8	67,1	467	69,46
Запеканка из творога с джемом(н)	130/20	17,1	12,2	32,5	308	54,86
Чай с молоком(н)	200	1,5	1,3	10,9	61	4,60
Фрукт (54 ккал)(н)	100	0,1	0,3	23,7	98	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	0,10
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		61	55	303	1 842	216,64

Повар

(подпись)

Алексеева Елена Александровна

(расшифровка)