

**Меню на день 21 ноября 2025 г.**

**10 день: Столовая №3**

Категория

**Дети (1-3 лет)/очищ.овош**

**Диета**



Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак</b>		<b>6,2</b>	<b>9,7</b>	<b>36,7</b>	<b>258</b>
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	150	4,5	5,9	20,8	154
Бутерброд с маслом (10)	15/5	1,6	3,8	7,4	70
Чай с лимоном	150	0,1		8,5	34
<b>2-й завтрак</b>		<b>0,1</b>		<b>17,4</b>	<b>70</b>
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70
<b>Обед</b>		<b>17,5</b>	<b>19,5</b>	<b>70,7</b>	<b>528,3</b>
Салат "Любительский" с очищенными овощами	40	1,5	3	2,3	42
Уха рыбацкая с очищенными овощами	150/50	5,1	5,3	12,6	119
Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,8	7,6	7,5	126
Макароны отварные с овощами с очищенными овощами	100/50	3	3,1	22,9	131,3
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35
<b>Полдник</b>		<b>5,1</b>	<b>5,8</b>	<b>42,9</b>	<b>244,2</b>
Мучное изделие пром.производства	30	0,8	1	35,8	155
Молоко питьевое кипяченое	180	4,3	4,8	7,1	89,2
<b>Ужин</b>		<b>13,9</b>	<b>9,7</b>	<b>43,8</b>	<b>320</b>
Суфле творожное со сладкой глазурью	150	12,9	8,5	28,3	241
Чай с молоком сгущенным (10)	150	0,9	1	9,8	54
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25
<b>Соль</b>					
Соль	3				
<b>Итого за день</b>		<b>43</b>	<b>45</b>	<b>212</b>	<b>1 421</b>

*Кларовичи*

*[Подпись]*  
(подпись)

*Байдалова ВФ*  
(расшифровка)

Повар

(подпись)

Ксенофонтова Татьяна Александровна

(расшифровка)



**Меню на день 21 ноября 2025 г.**  
**10 день: Столовая №3**

Категория **Дети (3-7 лет)/очищ.овош** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак</b>		<b>7,6</b>	<b>10,2</b>	<b>46,7</b>	<b>308</b>
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196
Бутерброд с маслом (10)	15/5	1,6	3,8	7,4	70
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42
<b>2-й завтрак</b>		<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>21,8</b>	<b>91</b>
Сок (91 ккал)	200	0,5	0,2	21,8	91
<b>Обед</b>		<b>21,5</b>	<b>22,5</b>	<b>95,6</b>	<b>671</b>
Салат "Любительский" с очищенными овощами	60	2,2	4,1	3,5	60
Уха рыбацкая с очищенными овощами	180/50	5,9	5,8	15,1	136
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156
Макароны отварные с овощами с очищенными овощами	100/50	3,1	2,8	27,4	147
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69
<b>Полдник</b>		<b>5,3</b>	<b>6,3</b>	<b>41,2</b>	<b>242,5</b>
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154
Молоко питьевое кипяченое	200	4,4	4,8	7,1	88,5
<b>Ужин</b>		<b>15,3</b>	<b>11,2</b>	<b>50,3</b>	<b>362,3</b>
Суфле творожное со сладкой глазурью	120/30	14	9,1	27,1	245,3
Чай с молоком сгущенным (10)	180	1,2	1,9	17,5	92
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25
<b>Соль</b>					
Соль	5				
<b>Итого за день</b>		<b>50</b>	<b>50</b>	<b>256</b>	<b>1 675</b>

*Кларовичи*

*Юр*  
(подпись)

*Юровских АА*  
(расшифровка)

Повар

(подпись)

Ксенофонтова Татьяна Александровна

(расшифровка)

**Меню на день 21 ноября 2025 г.  
10 день: Столовая №3**

Категория **Дети (3-7 лет)/Диета** Диета



Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак</b>		<b>0,7</b>	<b>13,1</b>	<b>58,6</b>	<b>354,9</b>
Каша рисовая безбелковая на сухом низкобелковом молоке	150/5	0,4	5,2	37,6	198,8
Чай с лимоном	150/5	0,1		10,7	43,3
Бутерброд с маслом	20/10	0,2	7,9	10,3	112,8
<b>2-й завтрак</b>		<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>15,2</b>	<b>69</b>
Сок фруктовый	150	0,8	0,2	15,2	69
<b>Обед</b>		<b>2,4</b>	<b>17,1</b>	<b>63</b>	<b>415,3</b>
Морковь отварная с маслом	100	0,4	1,7	1,9	24,5
Суп картофельный с мелко шинкованными овощами	150	1,5	8,2	9,8	119,1
Макаронные изделия безбелковые отварные	100	0,3	6,7	31,1	185,9
Кисель из свежих ягод	150	0,1		12,6	50,8
Хлеб низкобелковый	15	0,1	0,5	7,6	35
<b>Полдник</b>		<b>0,5</b>	<b>10,6</b>	<b>26,9</b>	<b>204,4</b>
Печенье безбелковое Новелла Чудесница	30	0,1	7,6	21,4	154,2
Молоко сухое lp-drink низкобелковое Милура	100	0,4	3	5,5	50,2
<b>Ужин</b>		<b>1,5</b>	<b>14,1</b>	<b>28,6</b>	<b>219,8</b>
Овощи припущенные	100	1,3	7,3	7,6	101,6
Чай с сахаром	150	0,1		6,8	27,8
Хлеб низкобелковый	15	0,1	0,5	7,6	35
Растительный аналог сыра полутвердого Nature Moi	30		6,3	6,6	55,4
<b>Итого за день</b>		<b>6</b>	<b>55</b>	<b>192</b>	<b>1 263</b>

*Кларовичик*

*[Signature]*  
(подпись)

*Байдалова В.А.*  
(расшифровка)

Повар

(подпись)

Ксенофонтова Татьяна Александровна

(расшифровка)



**Меню на день 21 ноября 2025 г.**

**10 день: Столовая №3**

Категория

**Аллергия на МБ (3-7 лет)**

**Диета ДС**

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак</b>		<b>7,8</b>	<b>11</b>	<b>53,2</b>	<b>343</b>
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая на воде с м/р	200	3,5	5,5	24,5	162
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42
Кондитерское изделие без содержания МП	30	4,2	5,5	18,2	139
<b>2-й завтрак</b>		<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>21,8</b>	<b>91</b>
Сок (91 ккал)	200	0,5	0,2	21,8	91
<b>Обед</b>		<b>19,9</b>	<b>23,7</b>	<b>84,3</b>	<b>630</b>
Салат "Любительский" с очищенными овощами	60	2,2	4,1	3,5	60
Уха рыбацкая с очищенными овощами (МБ)	180/50	5,8	6,9	15,1	146
Биточки рубленые из птицы запеченные (МБ)	70	8,6	8,7	10,3	154
Макароны отварные с овощами с очищенными овощами (МБ)	100/50	2,2	3,5	28	152
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35
<b>Полдник</b>		<b>6,9</b>	<b>10,7</b>	<b>18,4</b>	<b>248,3</b>
Кондитерское изделие без содержания МП	50	2,8	6,9	9,4	162
Молоко безлактозное	200	4,1	3,8	9	86,3
<b>Ужин</b>		<b>8,9</b>	<b>13,4</b>	<b>69,4</b>	<b>435</b>
Плов из говядины с очищенными овощами	160	8,1	12,9	25,5	251
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Фрукт (98 ккал)	100	0,1	0,3	23,7	98
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35
<b>Соль</b>					
Соль	5				
<b>Итого за день</b>		<b>44</b>	<b>59</b>	<b>247</b>	<b>1 747</b>

*Кларевич*

*[Signature]*  
(подпись)

*Байдалина В.В.*  
(расшифровка)

Повар

(подпись)

Ксенофонтова Татьяна Александровна

(расшифровка)