

**Меню на день 12 января 2026 г.**

**6 день: Столовая № 2**

Категория **Аллергия на МБ (3-7 лет)**

Диета **ДС**

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
<b>Завтрак</b>		<b>4,5</b>	<b>1</b>	<b>46</b>	<b>264,5</b>	<b>4,54</b>
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	4,1	0,8	29	194	2,64
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,84
Хлеб пшеничный	15	0,3	0,2	6,6	28,5	1,06
<b>2-й завтрак</b>		<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>16,4</b>	<b>68,3</b>	<b>5,47</b>
Сок	150	0,4	0,2	16,4	68,3	5,47
<b>Обед</b>		<b>19,3</b>	<b>22</b>	<b>91,8</b>	<b>643</b>	<b>67,24</b>
Салат "Степной" из разных овощей	60	1	3	4,5	49	5,29
Суп картофельный с мясными фрикадельками с овощами	180/15	3,9	4,5	15,1	117	17,13
Котлета домашняя, запеченная	70	10,4	8,4	6,9	145	34,93
Рис припущенный с маслом растительным	130	2,6	5,3	22	146	5,18
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81	0,84
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,69
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	3,17
<b>Полдник</b>		<b>2,9</b>	<b>6,9</b>	<b>19,8</b>	<b>204</b>	<b>33,84</b>
Печенье кукурузное	50	2,8	6,9	9,4	162	33,00
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,84
<b>Ужин</b>		<b>12,7</b>	<b>13,7</b>	<b>68,4</b>	<b>448</b>	<b>69,52</b>
Биточки из мяса	70	9,2	8,8	8,3	149	42,96
Макаронные изделия отварные с м/р	150	3,3	4,7	36,8	203	25,72
Фрукт	100	0,1	0,2	12,9	54	
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,84
<b>Соль</b>						<b>0,07</b>
Соль	5					0,07
<b>Итого за день</b>		<b>40</b>	<b>44</b>	<b>242</b>	<b>1 628</b>	<b>180,69</b>



Повар

(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

*Юровских Алена Владимировна*  
(подпись)

**Меню на день 12 января 2026 г.**

**6 день: Столовая № 2**

Категория

**Дети (1-3 лет)**

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная жидкая		<b>9,3</b>	<b>9,6</b>	<b>41,7</b>	<b>289,5</b>	<b>24,41</b>
Бутерброд с сыром	150	4,7	6,8	17,5	150	12,02
Чай с сахаром	20/10	4,2	2,6	7,2	69	10,49
Хлеб пшеничный	180	0,1		10,4	42	0,83
	15	0,3	0,2	6,6	28,5	1,05
<b>2-й завтрак</b>						
Сок		<b>0,1</b>		<b>17,4</b>	<b>70</b>	<b>5,48</b>
	150	0,1		17,4	70	5,47
<b>Обед</b>						
Салат "Степной" из разных овощей		<b>13,1</b>	<b>16,4</b>	<b>70</b>	<b>480</b>	<b>35,03</b>
	40	0,7	3	3	42	3,58
Суп картофельный с мясными фрикадельками с овощами	150/15	3,7	3,3	11,8	92	18,78
Котлета домашняя с соусом сметанным	50/30	5,4	7,5	5,9	113	2,86
Рис припущенный	110	2,3	2	18,6	102	6,59
Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	15	61	0,61
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,70
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,91
<b>Полдник</b>						
Булочка пром.производства		<b>5,1</b>	<b>5,8</b>	<b>42,9</b>	<b>244,2</b>	<b>21,65</b>
	50	0,8	1	35,8	155	12,50
Молоко питьевое кипяченое	150	4,3	4,8	7,1	89,2	9,15
<b>Ужин</b>						
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным		<b>12,5</b>	<b>11,3</b>	<b>53,9</b>	<b>367</b>	<b>65,08</b>
	130/20	11,2	9,3	22,9	220	59,25
Фрукт	95	0,1	0,1	13,5	55	
Чай с молоком сгущенным	180	1,2	1,9	17,5	92	5,82
<b>Соль</b>						
Соль						<b>0,04</b>
	3					0,04
<b>Итого за день</b>		<b>40</b>	<b>43</b>	<b>226</b>	<b>1 451</b>	<b>151,68</b>

(подпись)

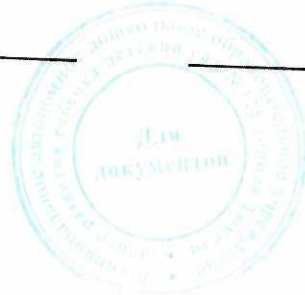
(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)



Меню на день 12 января 2026 г.

6 день: Столовая № 2

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная жидкая	200	12,4	11,8	50,3	356,4	34,05
Бутерброд с сыром	20/15	6,7	7,9	25,2	199	17,14
Чай с сахаром	180	5,3	3,7	7,2	83	14,91
Хлеб пшеничный	15	0,1		11,3	45,9	0,95
		0,3	0,2	6,6	28,5	1,05
<b>2-й завтрак</b>						
Сок	200	0,2		16,5	66,8	5,47
		0,2		16,5	66,8	5,47
<b>Обед</b>						
Салат "Степной" из разных овощей	60	15,8	17,1	94,5	595,2	94,60
Суп картофельный с мясными фрикадельками с овощами	180/15	1	3	4,5	49	5,30
Котлета домашняя с соусом сметанным	70/30	4,1	3,6	15,1	109	20,64
Рис припущенный	130	6,4	6,2	5,2	102,2	54,88
Компот из свежих яблок	200	2,7	3,4	22	129	8,36
Хлеб пшеничный	20	0,1	0,1	20	81	0,84
Хлеб ржаной	50	0,4	0,2	8,8	39	1,40
		1,1	0,6	18,9	86	3,17
<b>Полдник</b>						
Булочка пром.производства	50	5,3	6,3	41,2	242,5	21,66
Молоко питьевое кипяченое	200	0,9	1,5	34,1	154	12,50
		4,4	4,8	7,1	88,5	9,15
<b>Ужин</b>						
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	180/20	15,2	17,3	56,6	443	85,62
Фрукт	100	13,9	15,2	26,2	297	79,76
Чай с молоком сгущенным	180	0,1	0,2	12,9	54	
		1,2	1,9	17,5	92	5,86
<b>Соль</b>						
Соль	5					0,07
<b>Итого за день</b>						
		49	53	259	1 704	241,46

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

