

Меню на день 13 января 2026 г.

7 день: Столовая № 2

Категория **Дети (3-7 лет)**

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,5	14,3	54	386	30,73
Каша пшеничная жидкая	200	4,2	7	20,2	161	12,92
Какао с молоком	200	4,4	4,7	17,2	128,5	9,94
Хлеб пшеничный	15	0,3	0,2	6,6	28,5	0,97
Вафли	30	1,6	2,4	10	68	6,90
2-й завтрак		0,3		22	89	6,30
Сок	200	0,3		22	89	6,30
Обед		23,6	20,1	88,8	630	81,64
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	60	1,3	4	7,5	71	4,96
Свекольник с мясом со сметаной с овощами	180/10/5	4,1	4,2	12,5	104	24,52
Биточки печеночные	80	12,7	6,4	8,2	141	41,47
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178	6,36
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,65
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,30
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,39
Полдник		5,3	8,7	34,4	237,3	31,06
Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,6	4,9	25	151	16,51
Йогурт	200	3,7	3,8	9,4	86,3	14,55
Ужин		14,8	14,1	61	430,3	38,83
Шницель рыбный натуральный	70	11,9	9,9	3,2	150	22,05
Картофель тушеный	130	1,9	3,2	12,9	88,4	13,76
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	1,03
Фрукт	100	0,2	0,6	21	90	
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,70
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,30
Соль						0,07
Соль	5					0,07
Итого за день		55	57	260	1 773	188,63

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)



Меню на день 13 января 2026 г.

7 день: Столовая № 2

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		9	14,2	38,9	320	23,93
Каша пшенная жидкая	150	3,9	4,8	15,2	120	9,03
Какао с молоком	180	2,7	2,9	12,7	88	9,65
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,65
Вафли	20	2,2	6,4	6,6	93	4,60
2-й завтрак		0,1		17,4	70	4,73
Сок	150	0,1		17,4	70	4,73
Обед		19,3	15,8	69,6	498	66,72
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	40	0,8	3	5	50	3,50
Свекольник с мясом со сметаной с овощами	150/10/5	3,8	4	11,5	97	22,67
Биточки печеночные	60	9,8	4,8	5,9	106	30,99
Каша гречневая вязкая	120	3,6	3,4	15,9	109	4,95
Компот из смеси сухофруктов	150	0,2		11,2	46	1,21
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,29
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,09
Полдник		5,3	8,4	31,4	223	31,03
Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,6	4,9	25	151	16,51
Йогурт	150	3,7	3,5	6,4	72	14,52
Ужин		10,2	11,1	51,6	346	29,49
Шницель рыбный натуральный	50	8	7,3	2,3	107	15,86
Картофель тушеный	110	1,5	3,1	10,5	76	11,38
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,90
Фрукт	95	0,1	0,4	20,2	85	
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,70
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,65
Соль						0,04
Соль	3					0,04
Итого за день		44	50	209	1 457	155,93

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)



Меню на день 13 января 2026 г.

7 день: Столовая № 2

Категория

Аллергия на МБ (3-7 лет)

Диета ДС

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		8,3	11,2	54,7	351,5	10,17
Каша пшенная жидкая на воде с м/р	200	3,7	5,5	19,4	142	1,39
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	0,91
Хлеб пшеничный	15	0,3	0,2	6,6	28,5	0,97
Печенье кукурузное	30	4,2	5,5	18,2	139	6,90
2-й завтрак		0,5	0,2	21,8	91	6,31
Сок	200	0,5	0,2	21,8	91	6,31
Обед		23,4	16,5	88,8	652	69,77
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	60	1,3	4	7,5	71	4,93
Свекольник с мясом с овощами	180/10	4	4,9	12,5	110	19,40
Биточки печеночные	80	12,7	6,4	8,2	141	38,73
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	4,1	0,8	29	194	2,37
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,65
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,29
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,39
Полдник		1,8	4,1	16	139,2	7,81
Печенье кукурузное	50	1,7	4,1	5,6	97,2	6,90
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,91
Ужин		23,2	23,8	65,3	463,3	75,75
Шницель рыбный натуральный	70	11,9	9,9	3,2	150	22,04
Картофель тушеный	130	2,1	5,1	14,9	114	9,27
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,91
Фрукт	100	0,2	0,6	21	90	
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,70
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,29
Шницель из мяса	70	8,2	7,8	3,2	11,3	41,55
Соль						0,07
Соль	5					0,07
Итого за день		57	56	247	1 697	169,87

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

