

Меню на день 14 января 2026 г.

8 день: Столовая № 2

Категория

Аллергия на МБ (3-7 лет)

Диета ДС

| Наименование блюда | Выход блюда, г | Б | Ж | У | Ккал | Средняя стоимость |
|---|----------------|-----------|-----------|------------|--------------|-------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Каша гречневая вязкая с маслом растительным | 150 | 4,1 | 0,8 | 29 | 194 | 2,89 |
| Бутерброд с джемом | 20/20 | 1,8 | 0,2 | 22,1 | 97 | 5,40 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,1 | | 10,4 | 42 | 0,81 |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| Напиток из шиповника | 180 | 0,3 | | 22,4 | 91 | 2,13 |
| Обед | | | | | | |
| Свекла отварная с маслом растительным | 60 | 1 | 4 | 4,3 | 57 | 4,01 |
| Рассольник "Ленинградский" с мясом с овощами | 180/10 | 4,5 | 5 | 11,2 | 108 | 18,26 |
| Котлеты рыбные любительские с овощами | 80 | 10,5 | 8,8 | 5,8 | 144 | 19,77 |
| Картофель толченый по-деревенски | 150 | 2,5 | 9,5 | 19,1 | 172 | 9,89 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,1 | 0,1 | 20 | 81 | 0,78 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,36 |
| Хлеб ржаной | 30 | 0,7 | 0,4 | 11,3 | 51 | 1,96 |
| Полдник | | | | | | |
| Печенье кукурузное | 30 | 1,7 | 4,1 | 5,6 | 97,2 | 19,80 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,1 | | 10,4 | 42 | 0,81 |
| Ужин | | | | | | |
| Горошек зеленый консервированный на подгарнировку | 50 | 1 | | 1,6 | 10,4 | 1,70 |
| Плов из птицы с овощами | 200 | 12,4 | 13,5 | 24,5 | 269 | 38,11 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,1 | | 10,4 | 42 | 0,81 |
| Фрукт | 100 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 25 | 14,20 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,6 | 0,2 | 7,6 | 35 | 1,31 |
| Соль | | | | | | |
| Соль | 5 | | | | | 0,12 |
| Итого за день | | | | | | |
| | | 42 | 47 | 230 | 1 597 | 144,13 |

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

Меню на день 14 января 2026 г.

8 день: Столовая № 2

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

| Наименование блюда | Выход блюда, г | Б | Ж | У | Ккал | Средняя стоимость |
|--|----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|
| Завтрак | | 7,4 | 7,6 | 42,7 | 269 | 21,85 |
| Суп молочный с крупой | 150 | 4,1 | 5,1 | 14,1 | 119 | 11,78 |
| Бутерброд с джемом | 15/10 | 1,2 | 0,2 | 15,3 | 68 | 3,23 |
| Кофейный напиток | 180 | 2,1 | 2,3 | 13,3 | 82 | 6,84 |
| 2-й завтрак | | 0,1 | | 17,3 | 70 | 1,63 |
| Напиток из шиповника | 150 | 0,1 | | 17,3 | 70 | 1,63 |
| Обед | | 16,4 | 18,2 | 68,4 | 503 | 54,15 |
| Свекла отварная с маслом растительным | 60 | 0,6 | 3,2 | 2,5 | 41 | 2,82 |
| Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной с овощами | 150/10/5 | 4,1 | 4,3 | 8,6 | 90 | 21,27 |
| Котлеты рыбные любительские | 60 | 7,9 | 6,5 | 3,4 | 104 | 15,27 |
| Пюре картофельное | 120 | 2,6 | 3,5 | 18,8 | 117 | 10,90 |
| Компот из свежих яблок | 180 | 0,1 | 0,1 | 15 | 61 | 0,56 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,37 |
| Хлеб ржаной | 30 | 0,7 | 0,4 | 11,3 | 51 | 1,96 |
| Полдник | | 5,1 | 5,8 | 42,9 | 244,2 | 23,01 |
| Булочка пром.производства | 50 | 0,8 | 1 | 35,8 | 155 | 12,50 |
| Молоко питьевое кипяченое | 150 | 4,3 | 4,8 | 7,1 | 89,2 | 10,51 |
| Ужин | | 11,1 | 13,3 | 43,7 | 337,5 | 52,73 |
| Горошек зеленый консервированный на подгарнировку | 20 | 1 | 0,1 | 1,6 | 10,5 | 1,70 |
| Плов из птицы с овощами | 130 | 8,5 | 10,9 | 15,1 | 193 | 29,28 |
| Чай с молоком сгущенным | 180 | 1,2 | 1,9 | 17,5 | 92 | 6,90 |
| Фрукт | 100 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 25 | 14,20 |
| Хлеб ржаной | 10 | 0,3 | 0,2 | 3,8 | 17 | 0,65 |
| Соль | | | | | | 0,07 |
| Соль | 3 | | | | | 0,07 |
| Итого за день | | 40 | 45 | 215 | 1 424 | 153,45 |

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

Меню на день 14 января 2026 г.

8 день: Столовая № 2

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

| Наименование блюда | Выход блюда, г | Б | Ж | У | Ккал | Средняя стоимость |
|--|----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|
| Завтрак | | 10,3 | 10,1 | 58,1 | 364 | 30,40 |
| Суп молочный с крупой | 200 | 6,2 | 7,4 | 21,2 | 176 | 16,16 |
| Бутерброд с джемом | 20/20 | 1,8 | 0,2 | 22,1 | 97 | 5,41 |
| Кофейный напиток | 200 | 2,3 | 2,5 | 14,8 | 91 | 8,83 |
| 2-й завтрак | | 0,3 | | 22,4 | 91 | 2,12 |
| Напиток из шиповника | 180 | 0,3 | | 22,4 | 91 | 2,12 |
| Обед | | 20,4 | 22,5 | 84,9 | 623 | 64,90 |
| Свекла отварная с маслом растительным | 60 | 1 | 4 | 4,3 | 57 | 4,01 |
| Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной с овощами | 180/10/5 | 4,7 | 4,9 | 11,2 | 108 | 23,04 |
| Котлеты рыбные любительские с овощами | 80 | 10,5 | 8,8 | 5,8 | 144 | 20,31 |
| Пюре картофельное | 150 | 3 | 4,1 | 23,5 | 143 | 13,43 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,1 | 0,1 | 20 | 81 | 0,78 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,37 |
| Хлеб ржаной | 30 | 0,7 | 0,4 | 11,3 | 51 | 1,96 |
| Полдник | | 5,3 | 6,3 | 41,2 | 242,5 | 23,01 |
| Булочка пром.производства | 50 | 0,9 | 1,5 | 34,1 | 154 | 12,50 |
| Молоко питьевое кипяченое | 200 | 4,4 | 4,8 | 7,1 | 88,5 | 10,51 |
| Ужин | | 15,2 | 15,9 | 57,5 | 432,4 | 62,25 |
| Горошек зеленый консервированный на поджаривание | 50 | 1 | | 1,6 | 10,4 | 1,70 |
| Плов из птицы с овощами | 200 | 12,4 | 13,5 | 24,5 | 269 | 38,09 |
| Чай с молоком сгущенным | 180 | 1,2 | 1,9 | 17,5 | 92 | 6,92 |
| Фрукт | 100 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 25 | 14,20 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 0,2 | 0,1 | 4,4 | 19 | 0,68 |
| Хлеб ржаной | 10 | 0,3 | 0,2 | 3,8 | 17 | 0,65 |
| Соль | | | | | | 0,12 |
| Соль | 5 | | | | | 0,12 |
| Итого за день | | 52 | 55 | 264 | 1 753 | 182,81 |

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)