

Утверждаю:
Юровских Алена Владимировна

(подпись)

Меню на день 16 января 2026 г.

10 день: Столовая № 2

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	150	6,2	9,7	36,7	258	14,90
Бутерброд с маслом	15/5	4,5	5,9	20,8	154	8,88
Чай с лимоном	150	1,6	3,8	7,4	70	5,44
2-й завтрак						
Сок	150	0,1		8,5	34	0,58
Обед						
Салат "Любительский"		0,1		17,4	70	2,63
Уха рыбацкая с овощами	40	17,5	19,5	70,7	528,3	82,15
Биточки рубленые из птицы запеченные	150/50	1,5	3	2,3	42	2,80
Макароны отварные с овощами	60	5,1	5,3	12,6	119	42,08
Кисель из свежих ягод	100/50	6,8	7,6	7,5	126	22,98
Хлеб пшеничный	150	3	3,1	22,9	131,3	7,04
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	13,4	56	5,08
Полдник						
Булочка пром.производства	20	0,2	0,1	4,4	19	0,73
Молоко питьевое кипяченое	150	0,6	0,2	7,6	35	1,44
Ужин						
Суфле творожное со сладкой глазурью	50	5,1	5,8	42,9	244,2	10,55
Чай с молоком сгущенным	150	0,8	1	35,8	155	
Фрукт	150	4,3	4,8	7,1	89,2	10,55
Соль						
Соль	100	13,9	9,7	43,8	320	33,53
Итого за день						
	3	43	45	212	1 421	143,81

Повар

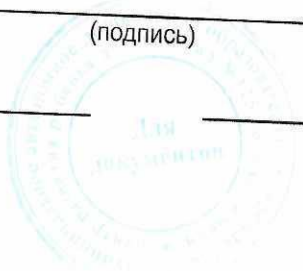
(подпись)

(расшифровка)

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)



Меню на день 16 января 2026 г.

10 день: Столовая № 2

Категория

Аллергия на МБ (3-7 лет)

Диета ДС

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		6	2,9	45,5	286	5,21
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	4,1	0,8	29	194	2,44
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	0,77
Батон	20	1,8	2,1	6	50	2,00
2-й завтрак		0,5	0,2	21,8	91	3,51
Сок	200	0,5	0,2	21,8	91	3,51
Обед		19,9	23,7	84,3	630	85,86
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60	4,02
Уха рыбацкая с овощами	180/50	5,8	6,9	15,1	146	40,91
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,6	8,7	10,3	154	26,10
Макароны отварные с овощами	100/50	2,2	3,5	28	152	6,40
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	6,26
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,73
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,44
Полдник		8,3	11,9	21,4	277	65,84
Печенье кукурузное	50	2,8	6,9	9,4	162	33,00
Молоко безлактозное	200	5,5	5	12	115	32,84
Ужин		8,9	13,4	69,4	435	37,78
Плов из говядины с овощами	160	8,1	12,9	25,5	251	21,24
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51	0,90
Фрукт	100	0,1	0,3	23,7	98	14,20
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,44
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		44	52	242	1 719	198,29

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)



Меню на день 16 января 2026 г.

10 день: Столовая № 2

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,6	10,2	46,7	308	18,82
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196	12,63
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	5,45
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	0,74
2-й завтрак		0,5	0,2	21,8	91	3,51
Сок	200	0,5	0,2	21,8	91	3,51
Обед		21,5	22,5	95,6	671	94,31
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60	4,01
Уха рыбацкая с овощами	180/50	5,9	5,8	15,1	136	43,69
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156	26,91
Макароны отварные с овощами	100/50	3,1	2,8	27,4	147	9,14
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	6,23
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,46
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,88
Полдник		5,3	6,3	41,2	242,5	10,55
Булочка пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154	
Молоко питьевое кипяченое	200	4,4	4,8	7,1	88,5	10,55
Ужин		15,3	11,2	50,3	362,3	35,83
Суфле творожное со сладкой глазурью	120/30	14	9,1	27,1	245,3	14,39
Чай с молоком сгущенным	180	1,2	1,9	17,5	92	7,24
Фрукт	100	0,1	0,2	5,7	25	14,20
Соль						0,08
Соль	5					0,08
Итого за день		50	50	256	1 675	163,10

(подпись)

(расшифровка)

Повар

(подпись)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

