

Меню на день 21 января 2026 г.

3 день: Столовая № 2

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость	
Завтрак							
Каша рисовая жидкая	200	8,1	8,3	61,4	352	31,07	
Бутерброд с джемом	20/20	5,1	6,2	21,8	163	20,01	
Чай с молоком сгущенным	200	1,8	0,2	22,1	97	5,45	
2-й завтрак							
Напиток из шиповника	180	0,3	1,9	17,5	92	5,62	
Обед							
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	50	22,2	21,5	91	647,5	92,41	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	180/10/5	0,9	3,4	4,4	52,5	5,45	
Бефстроганов из отварной говядины	50/30	4,1	4,9	5,6	83	17,99	
Макаронные изделия отварные	150	11,9	9,7	4,1	151	55,98	
Компот из кураги	180	3,5	2,8	36,8	186	6,14	
Хлеб пшеничный	20	0,5		16,2	67	2,50	
Хлеб ржаной	40	0,4	0,2	8,8	39	1,46	
Полдник							
Пирог морковный	60	0,9	0,5	15,1	69	2,88	
Йогурт	200	7,9	9,5	37,5	268	17,28	
Ужин							
Суфле творожное с молоком сгущенным	150/20	4,9	5	12,5	115	17,28	
Чай с сахаром	180	15,8	19	52,6	444,9	25,24	
Фрукт	100	15,6	18,8	28,4	345	10,16	
Соль							
Соль	5	180	0,1	11,3	45,9	0,88	
Итого за день							
		100	0,1	0,2	12,9	54	14,20
		5				0,08	
		54	58	265	1 803	168,59	

Повар



(подпись)

(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

Меню на день 21 января 2026 г.

3 день: Столовая № 2

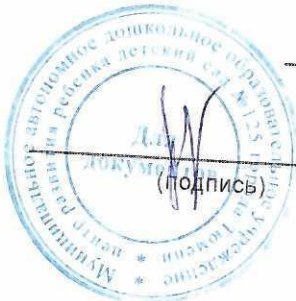
Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость	
Завтрак							
Каша рисовая жидкая	150	6,1	6,2	48,5	275	23,20	
Бутерброд с джемом	15/10	3,7	4,1	15,7	115	14,37	
Чай с молоком сгущенным	180	1,2	0,2	15,3	68	3,24	
2-й завтрак							
Напиток из шиповника	150	0,1		17,3	70	1,94	
Обед							
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	40	14,2	15,3	75,6	497	74,53	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	150/10/5	0,7	3,1	3,6	45	4,46	
Бефстроганов из отварной говядины	30/20	3,7	3,9	4,7	69	17,20	
Макаронные изделия отварные	110	6,3	5,5	2,8	86	42,01	
Компот из кураги	150	1,9	2,1	27,8	137	4,45	
Хлеб пшеничный	20	0,3		12,8	52	2,07	
Хлеб ржаной	40	0,4	0,2	8,8	39	1,46	
Полдник							
Пирог морковный	40	0,9	0,5	15,1	69	2,88	
Йогурт	60	6,7	8	31,4	225	17,32	
Ужин							
Суфле творожное с молоком сгущенным	150	3	4,5	25	153	17,32	
Чай с сахаром	130/20	3,7	3,5	6,4	72		
Фрукт	180	14,4	15,6	44,6	376	23,37	
Соль	95	14,2	15,5	20,7	279	9,09	
Соль	3	180	0,1	10,4	42	0,79	
Соль		95	0,1	0,1	13,5	55	13,49
Итого за день							
	3	42	45	217	1 443	140,41	

Повар



(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

Меню на день 21 января 2026 г.

3 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 пшеничная жидкая на воде с м/р	200	5,6	5,7	51,9	281	8,38
Бутерброд с джемом	20/20	3,7	5,5	19,4	142	2,15
Чай с сахаром	180	1,8	0,2	22,1	97	5,43
2-й завтрак						
Напиток из шиповника	180	0,1		10,4	42	0,80
Чай с сахаром	180	0,4		32,8	133	3,40
Обед						
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	180	0,3		22,4	91	2,54
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом	180	0,1		10,4	42	0,86
Гуляш	60	21,8	24,5	90,2	671	90,67
Макаронные изделия отварные с м/р	180/10	1,1	4,1	5,3	63	6,54
Компот из кураги	50/30	3,9	4,4	5,6	78	18,03
Хлеб пшеничный	150	11,7	10,6	2,4	152	55,69
Хлеб ржаной	180	3,3	4,7	36,8	203	3,56
Печенье кукурузное	20	0,5		16,2	67	2,51
Чай с сахаром	40	0,4	0,2	8,8	39	1,46
Полдник						
Печенье кукурузное	50	0,9	0,5	15,1	69	2,88
Чай с сахаром	180	2,9	6,9	19,8	204	33,80
Ужин						
Котлеты из мяса	70	2,8	6,9	9,4	162	33,00
Картофель толченый по-деревенски	180	0,1		10,4	42	0,80
Чай с сахаром	150	11,9	18,5	50,7	417	55,77
Фрукт	180	9,2	8,8	8,3	149	30,34
Соль						
Соль	100	2,5	9,5	19,1	172	10,43
Итого за день						
Соль	5	0,1	0,2	12,9	54	14,20
		43	56	245	1 706	192,10

Повар



(подпись)

(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)