

(подпись)

Меню на день 22 января 2026 г.

4 день: Столовая № 2

Категория Дети (1-3 лет)

Диета

| Наименование блюда | Выход блюда, г | Б | Ж | У | Ккал | Средняя стоимость |
|--------------------------------------|----------------|------|------|------|-------|-------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 10,5 | 13,2 | 29,5 | 281 | 32,06 |
| Яйца вареные | 40 | 2,9 | 3,8 | 12 | 94 | 11,20 |
| Бутерброд с маслом | 15/5 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 10,00 |
| Чай с молоком сгущенным | 150 | 1,6 | 3,8 | 7,4 | 70 | 6,64 |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| Сок | 150 | 0,1 | | 9,8 | 54 | 4,21 |
| | | 0,1 | | 17,4 | 70 | 4,71 |
| Обед | | | | | | |
| Салат из свеклы с сыром и чесноком | 40 | 16,3 | 18,5 | 64,7 | 491 | 65,43 |
| Суп картофельный с рыбой с овощами | 150/50 | 1,9 | 3,5 | 3,9 | 55 | 6,73 |
| Филе птицы запеченное с яйцом | 50 | 5 | 5 | 12,6 | 115 | 40,50 |
| Рагу овощное | 120 | 6,3 | 6,4 | 2 | 91 | 4,17 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 1,8 | 3 | 14,9 | 94 | 9,27 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0,2 | | 11,2 | 46 | 1,14 |
| Хлеб ржаной | 30 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,46 |
| Полдник | | | | | | |
| Булочка пром.производства | 50 | 5,1 | 5,8 | 42,9 | 244,2 | 9,11 |
| Молоко питьевое кипяченое | 180 | 0,8 | 1 | 35,8 | 155 | |
| Ужин | | | | | | |
| Биточки из мяса | 50 | 4,3 | 4,8 | 7,1 | 89,2 | 9,11 |
| Рис припущенный с овощами "Мозайка" | 110 | 12 | 10,3 | 57,9 | 370,7 | 60,60 |
| Чай с лимоном | 150 | 8,6 | 7,9 | 3,2 | 118,7 | 32,30 |
| Фрукт | 150 | 2,7 | 2 | 24,5 | 127 | 9,73 |
| Хлеб пшеничный | 95 | 0,1 | | 8,5 | 34 | 1,73 |
| Хлеб ржаной | 10 | 0,1 | 0,1 | 13,5 | 55 | 15,39 |
| | 10 | 0,2 | 0,1 | 4,4 | 19 | 0,73 |
| Соль | | | | | | |
| Соль | 3 | 0,3 | 0,2 | 3,8 | 17 | 0,72 |
| Итого за день | | | | | | |
| | | 44 | 48 | 212 | 1 457 | 171,96 |



Повар

(подпись)

(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

Утверждаю:
Юровских Алена Владимировна
(подпись)

Меню на день 22 января 2026 г.

4 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 | 10,7 | 12,2 | 38,3 | 306 | 15,20 |
| Яйца вареные | 40 | 3,7 | 5,5 | 19,4 | 142 | 2,18 |
| Батон | 20 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 10,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,8 | 2,1 | 6 | 50 | 2,00 |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| Сок | 200 | 0,1 | | 12,6 | 51 | 1,02 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,6 | 0,2 | 32,2 | 133 | 7,10 |
| Обед | | | | | | |
| Салат из свеклы с чесноком | 60 | 0,5 | 0,2 | 21,8 | 91 | 6,27 |
| Суп картофельный с рыбой с овощами | 180/50 | 0,1 | | 10,4 | 42 | 0,83 |
| Филе птицы запеченное с яйцом | 70 | 20,3 | 25,4 | 74,8 | 609 | 87,71 |
| Рагу овощное | 150 | 0,8 | 4 | 4,3 | 56 | 4,11 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 6,3 | 7,5 | 15,1 | 153 | 39,15 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 9,2 | 8,4 | 3,1 | 125 | 5,46 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 4,9 | 17 | 123 | 8,83 |
| Полдник | | | | | | |
| Печенье кукурузное | 50 | 0,3 | | 15,2 | 62 | 1,54 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,46 |
| Ужин | | | | | | |
| Биточки из мяса | 70 | 0,7 | 0,4 | 11,3 | 51 | 27,16 |
| Рис припущенный с овощами "Мозайка" | 130 | 2,9 | 6,9 | 19,8 | 204 | 33,83 |
| Чай с лимоном | 180 | 2,8 | 6,9 | 9,4 | 162 | 33,00 |
| Фрукт | 100 | 0,1 | | 10,4 | 42 | 0,83 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 13,4 | 13,4 | 74,3 | 459 | 63,52 |
| Хлеб ржаной | 10 | 9,2 | 8,8 | 8,3 | 149 | 36,23 |
| Соль | | | | | | |
| Соль | 5 | 3,5 | 4,1 | 29,1 | 157 | 7,73 |
| Итого за день | | | | | | |
| | | 0,1 | 0,2 | 18,2 | 75 | 1,91 |
| | | 0,2 | 0,1 | 4,4 | 19 | 0,73 |
| | | 0,3 | 0,2 | 3,8 | 17 | 0,72 |
| | | 48 | 58 | 239 | 1 711 | 207,45 |

Повар



(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

Заведующий детским садом

Утверждаю:
Юровских Алена Владимировна
(подпись)

Юровских Алена Владимировна

Меню на день 22 января 2026 г.

4 день: Столовая № 2

Категория

Дети (3-7 лет)/очищ.овощ

Диета

| Наименование блюда | Выход блюда, г | Б | Ж | У | Ккал | Средняя стоимость |
|--------------------------------------|----------------|------|------|------|-------|-------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 12,4 | 16,4 | 44,7 | 376 | 37,85 |
| Яйца вареные | 40 | 4,5 | 6,1 | 19,5 | 151 | 14,90 |
| Бутерброд с маслом | 15/5 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 10,00 |
| Чай с молоком сгущенным | 180 | 1,6 | 3,8 | 7,4 | 70 | 6,63 |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| Сок | 200 | 1,2 | 1,9 | 17,5 | 92 | 6,31 |
| Обед | | | | | | |
| Салат из свеклы с сыром и чесноком | 60 | 0,5 | 0,2 | 21,8 | 91 | 6,27 |
| Суп картофельный с рыбой с овощами | 180/50 | 22,8 | 23,9 | 76,3 | 612 | 73,94 |
| Филе птицы запеченное с яйцом | 70 | 3,1 | 4,4 | 5,8 | 75 | 9,41 |
| Рагу овощное | 150 | 6,4 | 6,4 | 15,1 | 144 | 42,54 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 9,2 | 8,4 | 3,1 | 125 | 5,45 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 2,7 | 4,1 | 17 | 116 | 11,39 |
| Хлеб ржаной | 30 | 0,3 | | 15,2 | 62 | 1,54 |
| Полдник | | | | | | |
| Булочка пром.производства | 50 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,46 |
| Молоко питьевое кипяченое | 200 | 0,7 | 0,4 | 11,3 | 51 | 2,16 |
| Ужин | | | | | | |
| Биточки из мяса | 70 | 6,7 | 7,9 | 43,5 | 272 | 12,15 |
| Рис припущенный с овощами "Мозайка" | 130 | 0,9 | 1,5 | 34,1 | 154 | 12,15 |
| Чай с лимоном | 180 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 118 | 11,19 |
| Фрукт | 100 | 16,7 | 14,7 | 70,6 | 478,4 | 73,54 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 12,4 | 11,3 | 4,6 | 168,4 | 42,79 |
| Хлеб ржаной | 10 | 3,6 | 2,9 | 29,1 | 157 | 11,19 |
| Соль | | | | | | |
| Соль | 5 | 0,1 | | 10,5 | 42 | 1,91 |
| | | 0,1 | 0,2 | 18,2 | 75 | 16,20 |
| | | 0,2 | 0,1 | 4,4 | 19 | 0,73 |
| | | 0,3 | 0,2 | 3,8 | 17 | 0,72 |
| Итого за день | | | | | | |
| | | 59 | 63 | 257 | 1 829 | 203,83 |



Повар

(подпись)

(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)