

Меню на день 30 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	21,79
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196	13,56
Бутерброд с маслом	15/3	1,6	3,8	7,4	70	6,36
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	1,87
2-й завтрак		0,5	0,2	21,8	91	6,59
Сок	200	0,5	0,2	21,8	91	6,59
Обед		21,5	22,5	95,6	671	91,50
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60	7,09
Уха рыбацкая с овощами	180/50	5,9	5,8	15,1	136	35,26
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156	27,11
Макароны отварные с овощами	100/50	3,1	2,8	27,4	147	9,57
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	8,13
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		6,7	7,9	43,5	272	26,57
Булочка пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154	12,50
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	14,07
Ужин		15,3	11,2	50,3	362,3	37,32
Суфле творожное со сладкой глазурью	120/30	14	9,1	27,1	245,3	16,26
Чай с молоком сгущенным	180	1,2	1,9	17,5	92	6,87
Фрукт	100	0,1	0,2	5,7	25	14,20
Соль						0,07
Соль	5					0,07
Итого за день		52	52	258	1 704	183,84



Повар

(подпись)

(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

(подпись)

Меню на день 30 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		6,2	9,7	36,7	258	17,50
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	150	4,5	5,9	20,8	154	9,43
Бутерброд с маслом	15/3	1,6	3,8	7,4	70	6,35
Чай с лимоном	150	0,1		8,5	34	1,71
2-й завтрак		0,1		17,4	70	4,94
Сок	150	0,1		17,4	70	4,94
Обед		17,5	19,5	70,7	528,3	77,76
Салат "Любительский"	40	1,5	3	2,3	42	4,93
Уха рыбацкая с овощами	150/50	5,1	5,3	12,6	119	33,46
Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,8	7,6	7,5	126	23,15
Макароны отварные с овощами	100/50	3	3,1	22,9	131,3	7,36
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	6,69
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		6	6,8	44,3	262	25,16
Булочка пром производства	50	0,3	1	35,8	155	12,50
Молоко питьевое кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	107	12,66
Ужин		13,9	9,7	43,8	320	34,38
Суфле творожное со сладкой глаурью	150	12,9	8,5	28,3	241	15,58
Чай с молоком сгущенным	150	0,9	1	9,8	54	4,60
Фрукт	100	0,1	0,2	5,7	25	14,20
Соль						0,04
Соль	3					0,04
Итого за день		44	46	213	1 438	159,78



(подпись)

(расшифровка)

Повар

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)

(подпись)

Меню на день 30 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						
Каша пшеничная жидкая на воде с м/р	200	5,6	7,6	35,9	234	6,18
Чай с лимоном	180	3,7	5,5	19,4	142	2,31
Батон	20	0,1		10,5	42	1,87
		1,8	2,1	6	50	2,00
2-й завтрак						
Со	200	0,5	0,2	21,8	91	6,59
		0,5	0,2	21,8	91	6,59
Обед						
Салат "Любительский"	60	19,9	23,7	84,3	630	82,33
Уха рыбацкая с овощами	180/50	2,2	4,1	3,5	60	7,10
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	5,8	6,9	15,1	146	32,21
Макаронны отварные с овощами	100/50	8,6	8,7	10,3	154	26,33
Кисель из свежих ягод	180	2,2	3,5	28	152	6,45
Хлеб пшеничный	10	0,3	0,2	15,4	64	8,08
Хлеб ржаной	20	0,2	0,1	4,4	19	0,73
		0,6	0,2	7,6	35	1,44
Полдник						
Печенье кукурузное	50	8,4	11,9	31,8	319	65,92
Молоко безлактозное	200	2,3	6,9	9,4	162	33,00
Чай с сахаром	180	5,5	5	12	115	32,15
		0,1		10,4	42	0,76
Ужин						
Плов из птицы с овощами	200	13,2	14	68,4	453	59,86
Чай с сахаром	200	12,4	13,5	24,5	269	43,22
Фрукт	100	0,1		12,6	51	0,99
Хлеб ржаной	20	0,1	0,3	23,7	98	14,20
		0,6	0,2	7,6	35	1,44
Соль						
Соль	5					0,07
						0,07
Итого за день		48	57	242	1 727	220,94



Повар

(подпись)

(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна

(расшифровка)