

Заведующий детским садом

Утверждаю:

Юровских Алена Владимировна

Меню на день 10 июля 2026 г.

5 день: Столовая № 2

Категория

Аллергия на МБ (3-7 лет)/

Диета ДС

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		8,9	9,3	65,1	379	23,34
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	160	4,2	6,8	29,8	197	2,47
Бутерброд с джемом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	3,29
Кофейный напиток на молоке специализированном	200	2,9	2,3	13,2	85	17,57
2-й завтрак		0,5	0,2	21,8	91	6,88
Сок	200	0,5	0,2	21,8	91	6,88
Обед		22,7	25,7	75,2	622	247,07
Салат из свежих помидор	60	0,9	4,1	3,9	56	8,05
Борщ с капустой и картофелем с мясом	180/10	3,8	5,2	12,8	113	18,16
Рыба запеченная	70	14,1	6,1	3,9	127	54,93
Картофель толченый по-деревенски	150	2,5	9,5	19,1	172	9,70
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	5,70
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	150,53
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	
Полдник		8,3	11,9	21,4	277	43,54
Печенье	50	2,8	6,9	9,4	162	13,00
Молоко безлактозное	200	5,5	5	12	115	30,54
Ужин		12,7	19,2	49,2	421	197,75
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	5,15
Тефтели из мяса	70	8,7	10,6	8,4	164	31,42
Овощи тушеные в соусе (без сметаны)	150	2,9	4,3	19,7	129	9,86
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,79
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	150,53
Соль						0,12
Соль	5					0,12
Итого за день		53	66	233	1 790	518,70

(подпись)

(расшифровка)

Повар



(подпись)

Бузмакова Татьяна Владимировна

(расшифровка)

Меню на день 10 июля 2026 г.

5 день: Столовая № 2

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,4	6,9	45,2	273	18,10
Каша гречневая жидкая	150	4,1	4,4	16,6	123	9,86
Бутерброд с джемом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	1,67
Кофейный напиток	180	2,1	2,3	13,3	82	6,57
2-й завтрак		0,1		17,4	70	5,16
Сок	150	0,1		17,4	70	5,16
Обед		16,4	19	66,6	503	80,54
Салат из свежих помидор	40	0,7	3	2,7	41	5,45
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	19,62
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	40,38
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	10,43
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	4,66
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	
Полдник		5,9	9,9	13	165	6,20
Вафли	20	2,2	6,4	6,6	93	6,20
Снежок	150	3,7	3,5	6,4	72	
Ужин		9,8	15	38,4	328	42,97
Салат из огурцов с маслом	40	0,4	3	1,3	34	3,58
Тефтели из мяса	60	6,6	7,7	7,2	125	31,32
Овощи тушеные в соусе	120	2,5	4,2	15,1	108	7,24
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,82
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	
Соль						0,07
Соль	3					0,07
Итого за день		40	51	181	1 339	153,04

(подпись)

(расшифровка)

Повар



Бузмакова Татьяна Владимировна

(расшифровка)

Меню на день 10 июля 2026 г.

5 день: Столовая № 2

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	8,8	63,4	374	24,66
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	12,91
Бутерброд с джемом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	3,30
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	8,45
2-й завтрак		0,5	0,2	21,8	91	6,88
Сок	200	0,5	0,2	21,8	91	6,88
Обед		19,5	22	86,4	623	97,79
Салат из свежих помидор	60	0,9	4,1	3,9	56	8,04
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	21,23
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	49,94
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	12,88
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	5,70
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник		6,5	7,4	22,5	183	9,30
Вафли	30	1,6	2,4	10	68	9,30
Снежок	200	4,9	5	12,5	115	
Ужин		13,2	20,3	49,6	434,9	52,90
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	5,14
Тефтели из мяса	70	8,9	9,5	8,4	155	37,43
Овощи тушеные в соусе	150	3,2	6,5	19,2	148	9,39
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,94
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Соль						0,12
Соль	5					0,12
Итого за день		50	59	244	1 706	191,64

(подпись)

(расшифровка)

Повар



Бузмакова Татьяна Владимировна

(расшифровка)

