



Меню на 14.01.2026

ДЕТИ ИНВАЛИДЫ ДЕТИ ОВЗ С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
80	Рыба тушеная в томате с овощами	150	156,55	20,15	6,14	4,93
138	Картофельное пюре	180	163,5	3,6	5,55	24,15
289	Какао с молоком	200	98	3,6	3,3	13,7
СГР	Хлеб пшеничный(для детского питания)	50	39,06	4	0	7,81
	Фрукты	200	34	1	0	7
	итого		491,11	32,35	14,99	57,59
ОБЕД						
23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	95	1,3	7,4	6
44	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	260	115,24	1,93	5,86	12,59
92	Бефстроганов	110	292,29	16,09	22,55	6,18
212	Отварные макаронные изделия с маслом	185	245,99	6,97	4,44	44,48
294	Компот из сухофруктов	200	79,2	0,12	0	19,4
СГР	Хлеб пшеничный(для дет.питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной(для дет.питания)	25	50	2	0	10
	итого		927,72	30,41	40,25	108,65

Льготное питание ММС с 11 лет и старше

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
80	Рыба тушеная в томате с овощами	150	156,55	20,15	6,14	4,93
138	Картофельное пюре	180	163,5	3,6	5,55	24,15
289	Какао с молоком	200	98	3,6	3,3	13,7
СГР	Хлеб пшеничный(для дет.питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной(для детского питания)	25	50	2	0	10
	Фрукты	200	34	1	0	7
			552,05	32,35	14,99	69,78

Шеф повар



МЕНЮ НА 14.01. 2026

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ реп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
80	Рыба тушеная в томате с овощами	140	142,69	18,13	5,73	4,44
138	Пюре картофельное	150	136,2	5	4,6	20,1
289	Какао с молоком	200	98	3,6	3,3	13,7
СГР	Хлеб пшеничный(для детского питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной (для детского питания)	25	50	2	0	10
	Фрукт:	200	34	1	0	7
	итого		510,89	29,73	13,63	65,24

ДЕТИ ИНВАЛИДЫ И ДЕТИ ОВЗ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ реп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
80	Рыба тушеная в томате с овощами	140	142,69	18,13	5,73	4,44
138	Пюре картофельное	150	136,2	5	4,6	20,1
289	Какао с молоком	200	98	3,6	3,3	13,7
СГР	Хлеб пшеничный(для детского питания)	50	39,06	4	0	7,81
	Фрукты	200	34	1	0	7
	итого		449,95	29,73	13,63	53,05
ОБЕД						
23	Салат из свеклы с растительным маслом	80	76	1	5,9	4,8
44	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	210	92,19	1,54	4,69	10,07
92	Бефстроганов	100	228,75	14	17,5	3,75
212	Отварные макаронные изделия с маслом	155	210,5	5,82	4,31	37,08
294	Компот из сухофруктов	200	79,6	0,12	0	19,4
СГР	Хлеб пшеничный (для дет питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной (для детского питания)	25	50	2	0	10
	итого		787,04	26,48	32,4	95,1

Шеф повар