

21.01.2026

Меню 1,5-3 НОВОЕ, 2ср

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	-----------------	---

Завтрак1

133	Каша молочная "Дружба"	493,47	кКал-153,08, Белки-4,22, Жиры-4,87, Угл-22,91
5	Масло сливочное	401,06	кКал-33,05, Белки-0,04, Жиры-3,63, Угл-0,07
30	Батон нарезной	4,04	кКал-72, Белки-2,4, Жиры-0,3, Угл-15,3
150	Чай с сахаром	282,1	кКал-19,95, Угл-4,99

Итого за Завтрак1

кКал-278,08, Белки-6,66, Жиры-8,8, Угл-43,27

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	476,01	кКал-78, Белки-3,2, Жиры-3,2, Угл-9,1
-----	--	--------	---------------------------------------

Итого за Завтрак2

кКал-78, Белки-3,2, Жиры-3,2, Угл-9,1

Обед

150	Суп картофельный с гречневой крупой	65,76	кКал-62,54, Белки-1,64, Жиры-1,89, Угл-9,71
150	Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного (филе ЦБ)	684,46	кКал-226,94, Белки-10,07, Жиры-12,18, Угл-19,33
150	Кисель плодово-ягодный	305,09	кКал-25,34, Белки-0,08, Жиры-0,06, Угл-6,4
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	1,9	кКал-52, Белки-1,6, Жиры-0,2, Угл-11
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	421,01	кКал-44, Белки-1,6, Жиры-0,2, Угл-9,2

Итого за Обед

кКал-410,82, Белки-14,99, Жиры-14,53, Угл-55,64

Полдник у.

150	Суп молочный с макаронными изделиями	76,56	кКал-99,19, Белки-3,62, Жиры-3,47, Угл-13,2
50	Шанежка наливная	434,18	кКал-137,7, Белки-3,63, Жиры-3,55, Угл-22,76
150	Чай с сахаром	282,1	кКал-19,95, Угл-4,99
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	1,9	кКал-52, Белки-1,6, Жиры-0,2, Угл-11

Итого за Полдник у.

кКал-308,84, Белки-8,85, Жиры-7,22, Угл-51,95

Итого за день

кКал-1 075,74, Белки-33,7, Жиры-33,75, Угл-159,96



Завтрак1



Завтрак2 3.14. Завтрак

21.01.2026

Меню 3-7 НОВОЕ, 2ср

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	-----------------	---

Завтрак1

133	Каша молочная "Дружба"	493,47	кКал-153.08, Белки-4.22, Жиры-4.87, Угл-22.91
30	Батон нарезной	4,04	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99

Итого за Завтрак1

кКал-253.01, Белки-6.62, Жиры-5.17, Угл-45.2

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	476,01	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	--	--------	---------------------------------------

Итого за Завтрак2

кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

Обед

180	Суп картофельный с гречневой крупой	65,77	кКал-75.04, Белки-1.97, Жиры-2.27, Угл-11.65
160	Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе ЦБ)	684,55	кКал-238.68, Белки-10.34, Жиры-12.68, Угл-20.85
200	Кисель плодово-ягодный	305,1	кКал-34.75, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-8.77
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	421,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5

Итого за Обед

кКал-468.47, Белки-16.41, Жиры-15.53, Угл-66.52

Полдник у.

50	Шанежка наливная	434,18	кКал-137.7, Белки-3.63, Жиры-3.55, Угл-22.76
180	Суп молочный с макаронными изделиями	76,54	кКал-118.61, Белки-4.35, Жиры-4.14, Угл-15.8
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75

Итого за Полдник у.

кКал-349.24, Белки-9.98, Жиры-7.94, Угл-59.3

Итого за день

кКал-1 148.72, Белки-36.21, Жиры-31.84, Угл-180.12



Завтрак1



З.М. Никитич