



МЕНЮ

на 27.03.2026 пятница

МДОБУ ЦРР "Аленушка" д.Алек



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	

Аллер(глютен, мол.сахар)

1 Завтрак

ДПО0340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40
ДПО101а	Каша рисовая жидкая	200,00	4,94	7,66	30,78	212,99
ДПО0332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		29,1	5,52	8,14	42,54	270,39

2 Второй завтрак

ДПО0340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДПО0029	Винегрет овощной(без лука)	60,00	0,70	5,10	3,80	64,00
ДПО276А	Суп из овощей	200,00	1,41	2,99	8,19	65,00
ДПО0170	Куриное филе, тушеное с овощами	50,00	5,98	6,95	1,23	128,67
ДП74000	Каша гречневая вязкая	140,00	2,60	4,88	29,40	130,97
ДПО163А	Напиток яблочный б/с	200,00	0,20	0,10	17,20	68,00
ИТОГО по: Обед		92,9	10,89	20,02	59,82	456,63

Полдник

ДПО0166	Огурец соленый порц.	30,00	0,24	0,03	0,48	3,00
ДПО065А	Картофель отварной	200,00	4,16	4,75	33,88	195,00
ДПО0332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: Полдник		48,25	4,50	4,78	34,36	199,00
Стоимость питания за день по категории		189,00				

Сотрудники

Обед

ДПО0310	Суп-лапша домашняя	180,00	5,76	7,56	17,28	99,00
ДП74000	Каша гречневая вязкая	130,00	2,42	4,53	27,30	121,33
ДПО0004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДПО0163	Напиток яблочный	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
ИТОГО по: Обед		70	9,55	12,28	77,08	356,83
Стоимость питания за день по категории		70,00				

сад 10ч

1 Завтрак

ДПО0151	Масло порционное	5,00	0,04	3,63	0,07	33,00
ДПО0093	Каша пшеничная молочная жидкая	160,00	5,82	6,23	28,47	188,24
ДПО0334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДПО0371	Батон нарезной	30,00	2,16	0,84	14,31	73,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		42,63	8,02	10,70	51,93	330,24

2 Второй завтрак

ДПО0340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

ДП00029	Винегрет овощной(без лука)	50,00	0,58	4,25	3,17	53,33
ДП00310	Суп-лапша домашняя	180,00	5,76	7,56	17,28	99,00
ДП00170	Куриное филе, тушеное с овощами	50,00	7,41	3,73	1,24	112,50
ДП74000	Каша гречневая вязкая	130,00	2,42	4,53	27,30	121,33
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,20	8,96	43,50
ИТОГО по: Обед		87,77	18,70	20,41	88,64	556,67

Полдник

ДП00101	Каша рисовая молочная вязкая	130,00	8,22	10,49	24,05	180,65
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ДП55555	Пирог с яблоками	50,00	0,23	0,55	2,26	15,00
ИТОГО по: Полдник		39,86	9,88	11,24	44,34	274,98

Стоимость питания за день по категории **189,00**

если 10ч

1 Завтрак

ДП00151	Масло порционное	5,00	0,04	3,63	0,07	33,00
ДП00093	Каша пшеничная молочная жидкая	150,00	5,45	5,84	26,69	176,47
ДП00334	Чай с сахаром	180,00	0,00	0,00	8,17	32,40
ДП00371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		42,76	7,29	10,17	46,85	302,70

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДП00029	Винегрет овощной(без лука)	40,00	0,47	3,40	2,53	42,67
ДП00310	Суп-лапша домашняя	150,00	4,80	6,30	14,40	82,50
удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	50,00	5,98	6,95	1,23	128,57
ДП74000	Каша гречневая вязкая	120,00	2,23	4,18	25,20	112,26
ДП00163	Напиток яблочный	180,00	0,00	0,00	21,15	80,10
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	32,00	0,88	0,12	5,76	30,40
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		88,47	15,78	21,14	79,23	519,83

Полдник

ДП00101	Каша рисовая молочная вязкая	110,00	6,96	8,88	20,35	152,86
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ДП55555	Пирог с яблоками	50,00	0,23	0,55	2,26	15,00
ИТОГО по: Полдник		39,02	8,61	9,62	40,64	247,19

Стоимость питания за день по категории **189,00**

Шеф-повар

С. Рубин *П. А.*