

Согласовано



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминев Т.М.



**МЕНЮ**  
**на 15 июня 2026г**

Рацион: Центр дневного пребывания 2026г(летний)

День: 1

Неделя: 1

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|--------------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|
|                         |                                            |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        |
| 1                       | 2                                          | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                            |                 |                      |    |     |                                        |
| 3.17                    | Бутерброд с сыром                          | 30/10           | 5                    | 3  | 15  | 103                                    |
| 302.85                  | Каша гречневая вязкая                      | 180/5           | 6                    | 6  | 26  | 176                                    |
| 2.32                    | Напиток с витаминами "Витошка"             | 200             |                      |    | 19  | 78                                     |
| 71.31                   | Хлеб ржаной для детского питания           | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |
| 67.14                   | Яблоко                                     | 130             | 1                    | 1  | 13  | 61                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | <b>585</b>      | 14                   | 10 | 85  | 472                                    |
| <b>Обед</b>             |                                            |                 |                      |    |     |                                        |
| 32.18                   | Салат "Школьный"                           | 80              | 1                    | 7  | 5   | 86                                     |
| 53.1                    | Щи из св. капусты с картофелем со сметаной | 200/5           | 2                    | 4  | 8   | 77                                     |
| 4.09                    | Котлеты куриные с соусом томатным          | 90              | 8                    | 12 | 8   | 166                                    |
| 212                     | Макаронные изделия отварные                | 150/3           | 6                    | 3  | 37  | 200                                    |
| 685.01                  | Чай с сахаром                              | 200             |                      |    | 8   | 31                                     |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания        | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 71.31                   | Хлеб ржаной для детского питания           | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                            | <b>808</b>      | 23                   | 26 | 103 | 727                                    |
| <b>Итого за день</b>    |                                            |                 | 37                   | 36 | 188 | 1199                                   |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_

Согласовано



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



**МЕНЮ**  
**на 16 июня 2026г**

Рацион: Центр дневного пребывания 2026г(летний)

День: 2

Неделя: 1

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда      | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|-------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|
|                         |                                     |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        |
| 1                       | 2                                   | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                     |                 |                      |    |     |                                        |
| 193.05                  | Каша молочная рисовая жидкая        | 180/10          | 5                    | 12 | 30  | 242                                    |
| 685.01                  | Чай с сахаром                       | 200             |                      |    | 8   | 31                                     |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 63.19                   | Сок 0,2(пак.)                       | 200             |                      |    | 21  | 86                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                     | <b>640</b>      | 9                    | 12 | 84  | 472                                    |
| <b>Обед</b>             |                                     |                 |                      |    |     |                                        |
| 78.21                   | Икра морковная                      | 80              | 1                    | 6  | 8   | 97                                     |
| 63.29                   | Суп картофельный гороховый          | 200             | 5                    | 4  | 17  | 116                                    |
| 598.04                  | Рагу из мяса птицы                  | 200             | 10                   | 6  | 32  | 223                                    |
| 639                     | Компот из смеси сухофруктов         | 200             | 1                    |    | 26  | 102                                    |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 71.31                   | Хлеб ржаной для детского питания    | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                     | <b>760</b>      | 23                   | 16 | 120 | 705                                    |
| <b>Итого за день</b>    |                                     |                 | 32                   | 28 | 204 | 1177                                   |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_

Согласовано

Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю:



**МЕНЮ  
на 17 июня 2026г**

**Рацион: Центр дневного пребывания 2026г(летний)**

**День: 3**

**Неделя: 1**

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда        | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|
|                         |                                       |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        |
| 1                       | 2                                     | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                       |                 |                      |    |     |                                        |
| 213.02                  | Макаронные изделия,запеченные с сыром | 180/5           | 10                   | 15 | 37  | 323                                    |
| 685.01                  | Чай с сахаром                         | 200             |                      |    | 8   | 31                                     |
| 70.26                   | хлеб пшеничный для детского питания   | 30              | 2                    |    | 15  | 68                                     |
| 67.14                   | Яблоко                                | 130             | 1                    | 1  | 13  | 61                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | <b>545</b>      | 13                   | 16 | 73  | 483                                    |
| <b>Обед</b>             |                                       |                 |                      |    |     |                                        |
| 51.27                   | Салат из свеклы с растительным маслом | 80              | 1                    | 8  | 6   | 103                                    |
| 54.16                   | Рассольник ленинградский со сметаной  | 200/5           | 2                    | 4  | 16  | 107                                    |
| 83.09                   | Котлеты рыбные с соусом томатным      | 90              | 8                    | 7  | 11  | 144                                    |
| 520.1                   | Картофельное пюре                     | 150             | 3                    | 5  | 26  | 160                                    |
| 685.02                  | Чай с сахаром,молоком                 | 200             | 2                    | 2  | 10  | 61                                     |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания   | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 71.31                   | Хлеб ржаной для детского питания      | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                       | <b>805</b>      | 22                   | 26 | 106 | 742                                    |
| <b>Итого за день</b>    |                                       |                 | 35                   | 42 | 179 | 1225                                   |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_

Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Ген. директор АО «Общепит» \_\_\_\_\_



Аминев Т.М.

# МЕНЮ на 11 июня 2026г

Рацион: Центр дневного пребывания 2026г(летний)

День: 4

Неделя: 2

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|--------------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|
|                         |                                            |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        |
| 1                       | 2                                          | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                            |                 |                      |    |     |                                        |
| 206                     | Плов с изюмом                              | 200             | 5                    | 20 | 57  | 432                                    |
| 685.01                  | Чай с сахаром                              | 200             |                      |    | 8   | 31                                     |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания        | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 250                     | Пирожки печеные с яблоками                 | 50              | 3                    | 3  | 24  | 138                                    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | <b>500</b>      | 12                   | 23 | 114 | 714                                    |
| <b>Обед</b>             |                                            |                 |                      |    |     |                                        |
| 78.05                   | Икра свекольная                            | 60              | 1                    | 5  | 7   | 78                                     |
| 53.1                    | Щи из св. капусты с картофелем со сметаной | 200/5           | 2                    | 4  | 8   | 77                                     |
| 537                     | Котлеты "Московские" с соусом томатным     | 90              | 10                   | 12 | 7   | 169                                    |
| 212                     | Макаронные изделия отварные                | 150/3           | 6                    | 3  | 37  | 200                                    |
| 631.08                  | Компот из свежих яблок                     | 200             |                      |    | 16  | 67                                     |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания        | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 71.31                   | Хлеб ржаной для детского питания           | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                            | <b>788</b>      | 25                   | 24 | 112 | 758                                    |
| <b>Итого за день</b>    |                                            |                 | 37                   | 47 | 226 | 1472                                   |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_

Согласовано



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»



Аминев Т.М.



**МЕНЮ**  
**на 12 июня 2026г**

Рацион: Центр дневного пребывания 2026г(летний)

День: 5

Неделя: 2

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|-----------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|
|                         |                                         |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        |
| 1                       | 2                                       | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                         |                 |                      |    |     |                                        |
| 196.15                  | Каша молочная Дружба жидкая             | 180/5           | 6                    | 8  | 32  | 221                                    |
| 2.32                    | Напиток с витаминами "Витошка"          | 200             |                      |    | 19  | 78                                     |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания     | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 67.14                   | Яблоко                                  | 130             | 1                    | 1  | 13  | 61                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                         | <b>565</b>      | 11                   | 9  | 89  | 473                                    |
| <b>Обед</b>             |                                         |                 |                      |    |     |                                        |
| 34                      | Салат "Здоровье"                        | 60              | 1                    | 3  | 5   | 50                                     |
| 66.34                   | Суп - лапша домашняя на курином бульоне | 200             | 9                    | 10 | 12  | 175                                    |
| 488.01                  | Птица, тушенная в соусе с овощами       | 180             | 16                   | 17 | 21  | 295                                    |
| 685.01                  | Чай с сахаром                           | 200             |                      |    | 8   | 31                                     |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания     | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 71.31                   | Хлеб ржаной для детского питания        | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                         | <b>720</b>      | 32                   | 30 | 83  | 718                                    |
| <b>Итого за день</b>    |                                         |                 | 43                   | 39 | 172 | 1191                                   |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_

Согласовано

Директор \_\_\_\_\_  
С.А. Давыдов

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



**МЕНЮ**  
**на 13 июня 2026г**

Рацион: Центр дневного пребывания 2026г(летний)

День: 6

Неделя: 2

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда         | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|----------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|
|                         |                                        |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        |
| 1                       | 2                                      | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                        |                 |                      |    |     |                                        |
| 213.02                  | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 180/5           | 10                   | 15 | 37  | 323                                    |
| 685.01                  | Чай с сахаром                          | 200             |                      |    | 8   | 31                                     |
| 70.26                   | хлеб пшеничный для детского питания    | 30              | 2                    |    | 15  | 68                                     |
| 63.19                   | Сок 0,2(пак.)                          | 200             |                      |    | 21  | 86                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                        | <b>615</b>      | 12                   | 15 | 81  | 508                                    |
| <b>Обед</b>             |                                        |                 |                      |    |     |                                        |
| 19.17                   | Салат из свежих помидоров              | 60              | 1                    | 3  | 2   | 41                                     |
| 63.29                   | Суп картофельный гороховый             | 200             | 5                    | 4  | 17  | 116                                    |
| 83.09                   | Котлеты рыбные с соусом томатным       | 90              | 8                    | 7  | 11  | 144                                    |
| 520.1                   | Картофельное пюре                      | 150             | 3                    | 5  | 26  | 160                                    |
| 639                     | Компот из смеси сухофруктов            | 200             | 1                    |    | 26  | 102                                    |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания    | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 71.31                   | Хлеб ржаной для детского питания       | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                        | <b>780</b>      | 24                   | 19 | 119 | 730                                    |
| <b>Итого за день</b>    |                                        |                 | 36                   | 34 | 200 | 1238                                   |

Калькулятор \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Согласовано



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



**МЕНЮ**  
**на 14 июня 2026г**



**Рацион: Центр дневного пребывания 2026г(летний)**

**День: 7**

**Неделя: 2**

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда               | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|----------------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|
|                         |                                              |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        |
| 1                       | 2                                            | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                              |                 |                      |    |     |                                        |
| 194.05                  | Каша молочная пшенная жидкая                 | 180/5           | 7                    | 8  | 33  | 233                                    |
| 693.01                  | Какао с молоком                              | 200             | 4                    | 4  | 16  | 115                                    |
| 70.29                   | хлеб пшеничный для детского питания          | 40              | 3                    |    | 20  | 90                                     |
| 67.14                   | Яблоко                                       | 130             | 1                    | 1  | 13  | 61                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                              | <b>555</b>      | 15                   | 13 | 82  | 499                                    |
| <b>Обед</b>             |                                              |                 |                      |    |     |                                        |
| 78                      | Икра морковная                               | 60              | 1                    | 5  | 6   | 73                                     |
| 56.02                   | Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной | 200/5           | 2                    | 4  | 11  | 88                                     |
| 580.01                  | Гуляш из мяса птицы                          | 100             | 10                   | 3  | 2   | 79                                     |
| 511.09                  | Рис отварной                                 | 180/3           | 5                    | 3  | 48  | 238                                    |
| 631.08                  | Компот из свежих яблок                       | 200             |                      |    | 16  | 67                                     |
| 70.27                   | хлеб пшеничный для детского питания          | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |
| 71.31                   | Хлеб ржаной для детского питания             | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                              | <b>828</b>      | 24                   | 15 | 120 | 712                                    |
| <b>Итого за день</b>    |                                              |                 | 39                   | 28 | 202 | 1211                                   |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_