

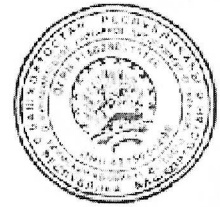
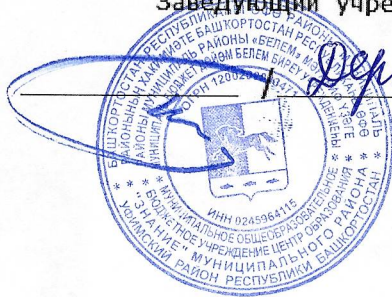
СОГЛАСОВАНО:
Заведующий учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Аминева Рина Фаязовна/

МЕНЮ
на 10.03.2026 вторник
МОБУ ЦО "Знание"



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

Аллер(глютен, мол.сахар)

1 Завтрак

ДП00341	Яйцо отварное	53,00	5,50	4,66	0,29	65,00
ДП0101а	Каша рисовая жидкая	200,00	4,94	7,66	30,78	212,99
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		44,97	10,54	12,32	31,07	278,99

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	56,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,48	0,48	11,76	56,00

Обед

ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	60,00	0,99	5,27	5,64	73,50
ДП0207А	Рассольник ленинградский (без смет)	200,00	11,20	11,87	26,40	273,33
ДП00043	Жаркое по-домашнему с филе кур	130,00	10,26	13,03	14,37	223,44
ДП0124А	Компот из смеси сухофр б/с	200,00	1,10	0,05	35,00	125,00
ИТОГО по: Обед		106,41	23,55	30,21	81,41	695,27

Полдник

ДП00261	Свекла отварная	1/40	0,41	0,03	2,47	12,00
ДП74000	Каша гречневая вязкая	200,00	3,72	6,97	42,00	187,10
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: Полдник		18,87	4,23	7,00	44,47	200,10
Стоимость питания за день по категории		189,00				

Дети (1-4кл)

1 Завтрак

ДП00101	Каша рисовая молочная вязкая	180,00	11,38	14,53	33,30	250,13
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ДП00340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	56,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,96	15,43	15,50	76,53	450,88

Обед

ДП00418	Рассольник ленин.со смет.	250,00	4,68	4,56	45,77	156,10
ДП00043	Жаркое по-домашнему с филе кур	140,00	11,05	14,04	15,47	240,63
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ИТОГО по: Обед		86,07	21,39	19,36	106,18	610,22

Полдник

ВЫП0025	Маффины	1/100	15,33	15,80	53,36	413,00
ДП00059	Йогурт питьевой	100,00	3,86	1,32	19,60	112,00
ИТОГО по: Полдник		76,96	19,19	17,12	72,96	525,00
Стоимость питания за день по категории		239,99				

Дети с 12лет и старше

1 Завтрак

ДП00101	Каша рисовая молочная вязкая	220,00	13,91	17,76	40,70	305,71
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ДП00340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	56,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		84,47	17,96	18,72	83,93	506,46

Обед

ДП00418	Рассольник ленин.со смет.	250,00	4,68	4,56	45,77	156,10
ДП00043	Жаркое по-домашнему с филе кур	280,00	22,10	28,07	30,94	481,25
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,00
ИТОГО по: Обед		92,64	30,03	33,07	106,42	776,35

Полдник

ДП00059	Йогурт питьевой	150,00	5,79	1,98	29,40	168,00
ВЫП0025	Маффины	1/100	15,33	15,80	53,36	413,00
ИТОГО по: Полдник		84,47	21,12	17,78	82,76	581,00

Стоимость питания за день по категории		261,58				
---	--	---------------	--	--	--	--

сад 10ч

1 Завтрак

ДП00151	Масло порционное	5,00	0,04	3,63	0,07	33,00
ДП00101	Каша рисовая молочная вязкая	160,00	10,12	12,91	29,60	222,34
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00371	Батон нарезной	30,00	2,16	0,84	14,31	73,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		43,36	12,32	17,38	53,06	364,34

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,48	0,48	11,76	56,40

Обед

ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	50,00	0,83	4,39	4,70	61,25
ДП0207А	Рассольник ленинградский (без смет)	1/180	10,08	10,68	23,76	246,00
ДП00264	Сметана к пер.блюдам (прокип)	5,00	0,13	0,75	0,18	8,00
ДП00043	Жаркое по-домашнему с филе кур	140,00	11,05	14,04	15,47	240,63
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	180,00	0,05	0,00	18,72	74,70
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ИТОГО по: Обед		106,79	24,67	30,20	78,98	711,91

Полдник

ДП00304	Суп молочный с макарон.изд.(вермишель)	160,00	3,52	3,30	12,70	95,20
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ДП00333	Чай с/с	200,00	0,20	0,05	4,03	17,00
ИТОГО по: Полдник		20,11	5,15	3,55	25,68	155,53

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

Шеф-повар _____