



МЕНЮ
на 19.03.2026 четверг
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

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
ДПО0340	Яблоки	120,00	2,10	2,35	10,15	70,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		29,02	7,14	10,01	40,93	283,99

2 Второй завтрак

ДПО124А	Компот из смеси сухофр б/с	200,00	1,10	0,05	35,00	125,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		9,28	1,10	0,05	35,00	125,00

Обед

ШМО1020	Салат Степной	80,00	1,30	4,18	7,24	72,00
ДПО289А	Суп картофельный с пшеном	1/200	2,13	2,00	15,47	91,00
удалить	Куриное филе, тушеное с овощами	60,00	7,17	8,34	1,47	154,29
ДП74000	Каша гречневая вязкая	140,00	2,60	4,88	29,40	130,97
ДПО124А	Компот из смеси сухофр б/с	200,00	1,10	0,05	35,00	125,00
ИТОГО по: Обед		110,29	14,31	19,45	88,58	573,25

Полдник

ДПО0244	Салат из свеклы с растительным маслом	40,00	0,70	3,38	4,27	50,40
ДПО065А	Картофель отварной	160,00	3,33	3,81	27,11	155,82
ДПО0332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: Полдник		40,41	4,13	7,18	31,38	207,22

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

Сотрудники

Обед

ДПО289А	Суп картофельный с пшеном	1/200	2,13	2,00	15,47	91,00
ДП74000	Каша гречневая вязкая	130,00	2,42	4,53	27,30	121,61
ДПО0124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,90	0,05	20,60	89,00
ДПО0004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ИТОГО по: Обед		70	6,82	6,77	72,37	349,11

Стоимость питания за день по категории		70,00				
---	--	--------------	--	--	--	--

сад 10ч

1 Завтрак

ДПО0317	Сыр порционный	5,00	2,97	5,44	0,00	15,63
ДПО0107	Каша ячневая молочная вязкая	150,00	5,04	5,04	25,92	169,48
ДПО0334	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	9,10	25,00
ДПО0371	Батон нарезной	30,00	2,16	0,84	14,30	73,20
ИТОГО по: 1 Завтрак		43,32	10,27	11,34	49,32	283,31

2 Второй завтрак

ДПО0059	Йогурт питьевой	100,00	3,86	1,32	19,60	112,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		15,96	3,86	1,32	19,60	112,00

ШМО1020	Салат Степной	50,00	0,81	2,61	4,53	45,00
ДПО289А	Суп картофельный с пшеном	180,00	1,92	1,80	13,92	81,90
КС00001	Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170,00
ДП74000	Каша гречневая вязкая	130,00	2,42	4,53	27,30	121,61
ДПО0124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,90	0,05	20,60	89,00
ДПО00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ДПО00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ИТОГО по: Обед		100,48	9,40	12,86	87,93	588,85

Полдник

ДПО00025	Ватрушка с творогом	70,00	8,10	5,10	27,60	191,00
ДПО0333	Чай с/с	200,00	0,20	0,05	4,03	17,00
ИТОГО по: Полдник		29,24	8,30	5,15	31,63	208,00
Стоимость питания за день по категории		189,00				

если 10ч

1 Завтрак

ДПО0317	Сыр порционный	5,00	1,23	1,19	0,00	15,63
ДПО0107	Каша ячневая молочная вязкая	150,00	5,04	5,04	25,92	169,48
ДПО0334	Чай с сахаром	180,00	0,09	0,03	8,19	22,50
ДПО0371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		43,95	8,15	6,95	46,03	268,44

2 Второй завтрак

ДПО00059	Йогурт питьевой	100,00	3,86	1,32	19,60	112,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		15,96	3,86	1,32	19,60	112,00

Обед

ШМО1020	Салат Степной	40,00	0,65	2,09	3,62	36,00
ДПО289А	Суп картофельный с пшеном	150,00	1,60	1,50	11,60	68,25
КС00001	Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170,00
ДП74000	Каша гречневая вязкая	120,00	2,23	4,18	25,20	112,26
ДПО0124	Компот из смеси сухофр.	180,00	0,81	0,05	18,54	80,10
ДПО00004	Хлеб ржано-пшеничный	32,00	0,88	0,12	5,76	30,40
ДПО00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		98,56	8,42	11,66	79,11	540,34

Полдник

ДПО00025	Ватрушка с творогом	70,00	8,10	5,10	27,60	191,00
ДПО0333	Чай с/с	180,00	0,18	0,05	3,63	15,30
ИТОГО по: Полдник		30,53	8,28	5,14	31,23	206,30
Стоимость питания за день по категории		189,00				

Шеф-повар

Р. А. Рудобудильский