Меню на 12.02.2026

Утверждаю
Директор Вихрянова Л.А.

КГКУ СО "Краевой центр семьи и детей"

МЕНЮ

12 февраля 2026 г.

День:

Дети 3-7, 15 стол

Завтрак

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	батон 23	20	5,35	0,6	35,6	169,5
2	какао с молоком 23	200	2,8	2,24	11,07	74
3	пудинг из творога с молоком сгущенным 23	180	45,52	20,56	59,16	627
	Итого		53,67	23,40	105,83	870,50

Второй завтрак

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	сок 23	100	1	0,2	20,2	75
	Итого		1,00	0,20	20,20	75,00

Обед

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	капуста тушеная с птицей 23	150	26,56	19,26	8,25	328,74
2	кукуруза с яйцом и луком 23	60	6,17	12,78	5,92	164
3	напиток витаминизированный(180 гр.)23.	180			16,56	66,6
4	суп с крупой и рыбными консервами 23	180	6,7	5,79	24,21	152
5	хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
6	хлеб ржано-пшеничный 23	30	4,48	0,96	39,52	160
	Итого		47,32	39,34	112,27	961,37

Полдник

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	крендель сахарный 23	80	3,88	5,36	21	138,22
2	молоко кипяченое 23	180	6	6,4	9,4	120
3	фрукты 23	90	0,4	0,4	9,8	47
	Итого		10,28	12,16	40,20	305,22

Ужин

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	азу 23	150	15,42	15,86	17,54	274,82
2	салат из отварной моркови 23	60	1,27	3,1	6,27	59
3	хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
4	хлеб ржано-пшеничный 23	20	4,48	0,96	39,52	160
5	чай с лимоном 23	200	0,06	0,01	7,34	33
	Итого		24,64	20,48	88,48	616,85

Второй ужин

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	батон 23	20	5,35	0,6	35,6	169,5
2	Кисломолочный продукт 23	150	5,23	4,5	7,2	95,4
	Итого		10,58	5,10	42,80	264,90
	Итого за день		147,49	100,68	409,78	3 093,84

Медицинская сестра _____ подпись Устинова Татьяна Владимировна ФИО











