МЕНЮ НА 08.08.2026

Утверждаю
Директор Вихрянова Л.А.

КГКУ СО "Краевой центр семьи и детей"

МЕНЮ

День:
Дети 3-7, 15 стол

Завтрак

	Название блюда	*Выход (г)*	*Белки (г)*	*Жиры (г)*	*Углеводы (г)*	*Эн/ц (ккал)*
1	батон 23	15	5,35	0,6	35,6	169,5
2	кофейный напиток с молоком 23	200	3,12	2,4	11,23	76
3	омлет натуральный 23	200	17,02	17,83	4,88	246
	Итого		25,49	20,83	51,71	491,50

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	кисель из свежемороженных ягод 23	180	0,21	0,05	21,55	90
2	рагу овощное с мясом 23	150	1,82	13,42	16,04	296
3	суп картофельный с бобовыми с мясом 23	200	7,55	4,24	20,67	147
4	томаты соленые 23	50	4,3	0,2	4	26
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		21,77	19,42	119,59	809,03

Полдник

	Название блюда	*Выход (г)*	*Белки (г)*	*Жиры (г)*	*Углеводы (г)*	*Эн/ц (ккал)*
1	компот из смеси сухофруктов/компот из плодов или ягод сушеных 23	180	0,077		21,29	86,5
2	сырники из творога запеченные с молоком сгущенным 23	110	34,96	21,94	53,77	566
	Итого		35,04	21,94	75,06	652,50

Ужин

	Название блюда	*Выход (г)*	*Белки (г)*	*Жиры (г)*	*Углеводы (г)*	*Эн/ц (ккал)*
1	винегрет овощной 23	60	1,24	10,14	9,47	126
2	курица в соусе с томатом 23	70	10,38	8,09	4,08	103,19
3	макаронные изделия отварные с овощами 23	130	7,44	9,14	42,24	269,07
4	хлеб пшеничный 23	15	3,41	0,55	17,81	90,03
5	хлеб ржано-пшеничный 23	20	4,48	0,96	39,52	160
6	чай с молоком 23	200	0,56	0,64	7,07	39
	Итого		27,51	29,52	120,19	787,29

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		121,39	97,01	429,55	3 080,22

Медицинская сестра _____ подпись Устинова Татьяна Владимировна ФИО







