МЕНЮ НА 09.08.2026

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	какао с молоком 23	200	2,8	2,24	11,07	74
3	каша жидкая молочная (манка) 23	200	7,26	8,67	32,61	237
	Итого		15,41	11,51	79,28	480,50

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	компот из смеси сухофруктов/компот из плодов или ягод сушеных 23	180	0,077		21,29	86,5
2	пюре картофельное 23	130	3,69	8,72	21,69	191,7
3	рыба тушенная в томате с овощами 23	85	19,36	4,87	3,52	151,68
4	салат из свеклы с сыром 23	60	4,98	9,5	8,11	140
5	суп картофельный с крупой с мясом птицы 23	200	5,47	5,17	24,14	155
6	хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
7	хлеб ржано-пшеничный 23	30	4,48	0,96	39,52	160
	Итого		41,47	29,77	136,08	974,91

Полдник

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	булочка творожная 23	80	6,6	2,53	20,73	142,5
2	молоко кипяченое 23	180	6	6,4	9,4	120
3	фрукты 23	90	0,4	0,4	9,8	47
	Итого		13,00	9,33	39,93	309,50

Ужин

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	капуста тушеная 23	130	3,62	3,77	10,19	99
2	салат из отварной моркови 23	60	1,27	3,1	6,27	59
3	тефтели из говядины с рисом 23	70	12,1	16,02	13,31	246
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 сахаром 23	200			7,13	31
	Итого		24,88	24,40	94,23	685,03

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		106,34	80,31	412,52	2 789,84

Медицинская сестра _____ подпись Устинова Татьяна Владимировна ФИО











