МЕНЮ НА 30.08.2026

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	бутерброд с сыром 23	25	9,52	0,144	22,26	259
2	каша жидкая молочная (манка) 23	200	7,26	8,67	32.61	237
3	кофейный напиток с молоком 23	200	3,12	2,4	11,23	76
	Итого		19,90	11,21	66,10	572,00

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 23	130	3,62	3,77	10,19	99
2	компот из смеси сухофруктов/компот из плодов или ягод сушеных 23	180	0,077		21,29	86,5
3	котлета ,биточки,шницели из говядины 23	70	20,57	16,97	19,21	310,8
4	рассольник ленинградский со сметаной,с мясом 23	200	6,17	8,59	19	171
5	томаты соленые 23	50	4,3	0,2	4	26
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		42,63	31,04	131,02	943,33

Полдник

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	кондитерские изделия 23	70	5,5	7,21	49,6	278
2	молоко кипяченое 23	180	6	6,4	9,4	120
3	фрукты 23	90	0,4	0,4	9,8	47
	Итого		11,90	14,01	68,80	445,00

Ужин

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	каша гречневая рассыпчатая 23	150	10,3	9,32	50,58	331
2	птица отварная 23	70	25,32	16,32		253
3	салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком) 23	60	3,12	10,41	10,18	147
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 лимоном 23	200	0,06	0,01	7,34	33
	Итого		46,69	37,57	125,43	1 014,03

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		132,70	99,13	454,35	3 314,26

Медицинская сестра _____ (подпись) Устинова Татьяна Владимировна (ФИО)











