

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

27.01.2026 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	272	5,89	4,39	52,11	0,02		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95			35
Каша вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		200/5	183
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	671	27,11	22,59	89,81	22,97		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	183
Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Полдник	167	3,42	3,81	29,83	0,78		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ужин	333	11,68	10,03	48,94	46,10		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 487	48,50	41,22	230,49	79,87		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**27.01.2026 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	476	14,25	21,11	57,12	1,36		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180 414	
Каша рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5 182	
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед	622	24,86	20,18	85,12	18,88		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40 21	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180 394	
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30 293	
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5 183	
Суп картофельный с фасолью к/б	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180 87	
Полдник	260	15,48	5,98	36,00	1,10		
Ватрушки (дрожжевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 441	
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин	300	10,95	7,90	46,33	41,22		
Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20 143	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180 394	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 702	65,94	55,57	234,37	72,56		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**27.01.2026 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	485	13,16	20,09	62,80	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5	182
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	671	27,11	22,59	89,81	22,97		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	183
Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Полдник	273	16,48	6,28	37,70	1,22		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	333	11,68	10,03	48,94	46,10		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 806	68,83	59,39	249,05	81,33		