

Пищеблок

Дети 1-3 СанПиН 2016

# МЕНЮ

## 14.06.2026

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>465</b>	<b>13,07</b>	<b>18,00</b>	<b>62,69</b>	<b>1,11</b>	
Каша вязкая молочная Геркулесовая	242	5,91	9,79	32,45	0,44	170
Масло сливочное 72,5% (порционно)	27	0,04	2,93	0,05		5
Сыр полутвердый Российский (порциями)	34	2,60	2,65		0,28	10
Кофейный напиток с молоком	107	2,20	2,20	19,69	0,39	150
Хлеб ржаной	16	0,62	0,11	3,10		10
Хлеб пшеничный	39	1,70	0,32	7,40		20
<b>10-00</b>	<b>65</b>	<b>0,57</b>		<b>15,42</b>	<b>16,65</b>	
Сок фруктовый	65	0,57		15,42	16,65	150
<b>Обед</b>	<b>510</b>	<b>16,10</b>	<b>20,07</b>	<b>66,35</b>	<b>17,01</b>	
Щи из свежей капусты с картофелем	47	1,21	2,31	5,46	7,55	150
Зразы рыбные рубленые	158	8,39	10,63	7,23	0,69	65
Пюре картофельное	100	2,25	3,56	14,71	7,61	110
Пюре из свеклы	48	0,77	2,98	4,58	1,04	40
Компот из смеси сухофруктов	82	0,31		20,17	0,12	150
Хлеб ржаной	16	0,62	0,11	3,10		10
Хлеб пшеничный	59	2,55	0,48	11,10		30
<b>Полдник</b>	<b>366</b>	<b>8,16</b>	<b>10,56</b>	<b>59,74</b>	<b>426,53</b>	
Пирожки песочные с яблоками	175	3,09	5,76	27,81	13,21	60
Молоко кипяченое	80	4,07	3,80	7,43	0,82	150
Сезонные фрукты	111	1,00	1,00	24,50	412,50	250
<b>Ужин-1</b>	<b>437</b>	<b>20,92</b>	<b>22,37</b>	<b>56,65</b>	<b>10,01</b>	
Котлета рубленая из ц\б	188	15,60	19,46	6,28		60
Рис отварной	130	2,52	2,39	24,72		110
Помидоры свежие	9	0,44	0,08	1,52	10,00	40
Чай с сахаром	55	0,04	0,01	13,63	0,01	150
Хлеб пшеничный	39	1,70	0,32	7,40		20
Хлеб ржаной	16	0,62	0,11	3,10		10
<b>Ужин-2</b>	<b>148</b>	<b>4,36</b>	<b>4,80</b>	<b>21,81</b>	<b>1,05</b>	
Кефир	85	4,20	4,80	6,15	1,05	150
Зефир	<b>63</b>	<b>0</b>		<b>16</b>		<b>20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1 191</b>	<b>63</b>	<b>76</b>	<b>283</b>	<b>472</b>	

Составитель

(должность)

(ФИО)

Пищевая

Дети 7-11 СанПиН 2016

**МЕНЮ**  
**14.06.2026**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>675</b>	<b>19,95</b>	<b>25,72</b>	<b>90,99</b>	<b>1,38</b>	
Каша вязкая молочная Геркулесовая	294	7,25	12,08	39,04	0,52	200
Масло сливочное 72,5% (порционно)	53	0,06	5,85	0,10		10
Сыр полутвердый Российский (порциями)	41	3,12	3,18		0,34	12
Кофейный напиток с молоком	137	3,29	3,45	23,12	0,52	200
Хлеб пшеничный	98	4,25	0,80	18,50		50
Хлеб ржаной	52	1,98	0,36	10,23		30
<b>Завтрак-2</b>	<b>218</b>	<b>3,31</b>	<b>4,86</b>	<b>40,37</b>	<b>14,00</b>	
Драники	133	2,55	4,86	19,80	10,00	100
Сок фруктовый	85	0,76		20,57	4,00	200
<b>Обед</b>	<b>919</b>	<b>32,42</b>	<b>31,16</b>	<b>127,32</b>	<b>28,32</b>	
Щи из свежей капусты с картофелем	70	1,78	3,65	7,53	10,71	200
Пюре картофельное	134	3,07	4,56	20,06	10,36	150
Зразы рыбные рубленые	268	14,20	17,99	12,23	1,17	110
Свекольная икра	73	1,81	2,88	9,96	5,92	80
Компот из смеси сухофруктов	109	0,42		26,90	0,16	200
Хлеб пшеничный	196	8,50	1,60	37,00		100
Хлеб ржаной	69	2,64	0,48	13,64		60
<b>Полдник</b>	<b>564</b>	<b>9,93</b>	<b>13,75</b>	<b>100,24</b>	<b>517,98</b>	
Пирожки песочные с яблоками	291	5,19	9,12	47,02	22,46	100
Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200
Сезонные фрукты	133	1,20	1,20	29,40	495,00	300
<b>Ужин-1</b>	<b>846</b>	<b>42,05</b>	<b>34,41</b>	<b>92,23</b>	<b>22,08</b>	
Плов из птицы	622	34,56	33,00	46,76	2,00	90\180
Помидоры свежие	17	0,88	0,16	3,04	20,00	80
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	98	4,25	0,80	18,50		50
Хлеб ржаной	52	1,98	0,36	10,23		30
<b>Ужин-2</b>	<b>208</b>	<b>5,84</b>	<b>6,40</b>	<b>31,69</b>	<b>1,40</b>	
Кефир	113	5,60	6,40	8,20	1,40	200
Зефир	95	0		23		30
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>3 430</b>	<b>114</b>	<b>116</b>	<b>483</b>	<b>585</b>	<b>30</b>

Составитель

ТЕХНОЛОГ  
(должность)Тиликина А.А.  
(ФИО)

Пищеблок

Дети 12 и старше СанПиН16

**МЕНЮ**  
**14.06.2026**

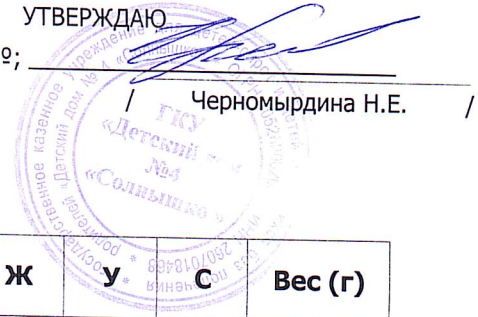
Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>839</b>	<b>26,03</b>	<b>30,65</b>	<b>114,69</b>	<b>1,65</b>	
Каша вязкая молочная Геркулесовая	373	9,15	15,14	49,93	0,65	250
Масло сливочное 72,5% (порционнo)	53	0,06	5,85	0,10		10
Сыр полутвердый Российский (порциями)	58	4,42	4,51		0,48	17
Кофейный напиток с молоком	137	3,29	3,45	23,12	0,52	200
Хлеб пшеничный	157	6,80	1,28	29,60		80
Хлеб ржаной	61	2,31	0,42	11,94		35
<b>Завтрак-2</b>	<b>218</b>	<b>3,31</b>	<b>4,86</b>	<b>40,37</b>	<b>14,00</b>	
Драники	133	2,55	4,86	19,80	10,00	100
Сок фруктовый	85	0,76		20,57	4,00	200
<b>Обед</b>	<b>1066</b>	<b>36,36</b>	<b>36,17</b>	<b>148,91</b>	<b>33,65</b>	
Щи из свежей капусты с картофелем	102	2,04	6,32	9,15	12,46	250
Зразы рыбные рубленые	268	14,20	17,99	12,23	1,17	110
Пюре картофельное	160	3,67	5,46	24,10	12,46	180
Свекольная икра	92	2,25	3,84	12,24	7,40	100
Компот из смеси сухофруктов	109	0,42		26,90	0,16	200
Хлеб пшеничный	196	8,50	1,60	37,00		100
Хлеб ржаной	139	5,28	0,96	27,29		80
<b>Полдник</b>	<b>564</b>	<b>9,93</b>	<b>13,75</b>	<b>100,24</b>	<b>517,98</b>	
Пирожки песочные с яблоками	291	5,19	9,12	47,02	22,46	100
Какао с молоком	140	3,54	3,43	23,82	0,52	200
Сезонные фрукты	133	1,20	1,20	29,40	495,00	300
<b>Ужин-1</b>	<b>980</b>	<b>47,86</b>	<b>38,59</b>	<b>109,76</b>	<b>41,76</b>	
Плов из птицы	687	38,17	37,00	50,23	2,16	100\200
Помидоры свежие	20	1,03	0,18	3,46	10,00	100
Сок фруктовый	86	0,76		20,56	29,60	200
Хлеб пшеничный	126	5,59	0,99	23,57		70
Хлеб ржаной	61	2,31	0,42	11,94		35
<b>Ужин-2</b>	<b>208</b>	<b>5,84</b>	<b>6,40</b>	<b>31,69</b>	<b>1,40</b>	
Кефир	113	5,60	6,40	8,20	1,40	200
Зефир	95	0		23		30
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>3 875</b>	<b>129</b>	<b>130</b>	<b>546</b>	<b>610</b>	

Составитель

технолог  
(должность)Тиликина А.А.  
(ФИО)

Пиццблук

Дети 8-12 месяцев

**МЕНЮ**  
**14.06.2026**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>6-00</b>	<b>138</b>	<b>3,01</b>	<b>6,08</b>	<b>17,91</b>	<b>11,52</b>	
Молочная смесь NESTOGEN 2	138	3,01	6,08	17,91	11,52	200
<b>10-00</b>	<b>285</b>	<b>6,15</b>	<b>9,95</b>	<b>42,61</b>	<b>16,44</b>	
Каша вязкая молочная Геркулесовая	242	5,91	9,79	32,45	0,44	170
Детское пюре в ассортименте (промыш. производства)	43	0,24	0,16	10,16	16,00	80
<b>14-00</b>	<b>264</b>	<b>24,22</b>	<b>5,51</b>	<b>29,76</b>	<b>14,83</b>	
Фрикадельки рыбные	94	20,46	0,80	1,32	1,18	80
Суп картофельный	42	0,95	1,04	7,27	3,84	100
Хлеб пшеничный	10	0,43	0,08	1,85		5
Пюре картофельное	56	1,27	1,99	8,42	4,37	60
Пюре из капусты	28	0,81	1,60	2,68	5,44	40
Сок фруктовый	34	0,30		8,22		80
<b>18-00</b>	<b>217</b>	<b>9,79</b>	<b>6,52</b>	<b>24,79</b>	<b>29,05</b>	
Запеканка из творога	116	8,16	3,36	8,18	0,19	50
Яблоки печеные	32	0,13	0,12	7,66	23,10	35
Молочная смесь NESTOGEN 2	69	1,50	3,04	8,95	5,76	100
<b>22-00</b>	<b>138</b>	<b>3,01</b>	<b>6,08</b>	<b>17,91</b>	<b>11,52</b>	
Молочная смесь NESTOGEN 2	138	3	6	18	12	200
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1042</b>	<b>46</b>	<b>34</b>	<b>133</b>	<b>83</b>	

Составитель

технолог  
(должность)Тиликина А.А.  
(ФИО)