

Пищеблок

Дети 4-6 СанПиН 2016

МЕНЮ

18.06.2026 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	541	11,64	14,96	31,33	0,12	
Масло сливочное 72,5% (порционно)	53	0,06	5,85	0,10		10
Макаронны отварные с сыром	347	8,37	8,51	0,68	0,11	170
Чай с сахаром	66	0,04	0,01	16,35	0,01	180
Хлеб пшеничный	59	2,55	0,48	11,10		30
Хлеб ржаной	16	0,62	0,11	3,10		10
Завтрак-2	230	6,46	8,39	32,20	4,11	
Хлеб пшеничный	39	1,70	0,32	7,40		20
Сок фруктовый	85	0,76		20,57	4,00	200
Омлет натуральный	106	4,00	8,07	4,23	0,11	40
Обед	610	20,28	18,60	90,56	34,52	
Борщ с фасолью и картофелем	89	2,61	3,74	11,15	4,00	180
Соус сметанный с томатом	21	0,52	1,25	1,97	0,55	30
Кабачки фаршированные мясом и рисом	139	8,05	8,08	8,51	5,84	90
Пюре картофельное	120	2,68	4,41	17,41	8,99	130
Помидоры свежие	13	0,66	0,12	2,28	15,00	60
Компот из смеси сухофруктов	98	0,38		24,21	0,14	180
Хлеб пшеничный	78	3,40	0,64	14,80		40
Хлеб ржаной	52	1,98	0,36	10,23		30
Полдник	445	18,48	14,76	59,84	429,67	
Сырники из творога со сгущенным молоком	228	14,62	10,88	18,02	0,20	80\10
Какао с молоком	102	2,82	2,84	16,34	0,47	180
Фрукт Яблоко	115	1,04	1,04	25,48	429,00	260
Ужин-1	461	17,10	14,32	66,19	6,04	
Шницель рыбный рубленый	151	10,92	8,62	7,54	1,77	80
Рис отварной	130	2,52	2,39	24,72		110
Свекольная икра	59	1,30	2,87	7,08	4,26	60
Чай с сахаром	66	0,04	0,01	16,35	0,01	180
Хлеб пшеничный	39	1,70	0,32	7,40		20
Хлеб ржаной	16	0,62	0,11	3,10		10
Ужин-2	186	5,64	5,06	29,50	1,10	
Молоко кипяченое	107	5,44	5,06	9,92	1,10	200
Зефир	79	0		20		20
Итого за день:	2473	79,60	76,09	309,62	475,56	

Составитель

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

Пищеблок

Дети 12 и старше СанПин16

МЕНЮ**18.06.2026 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	832	21,85	19,72	56,33	0,26	
Макароньы отварные с сыром	504	12,30	12,08	0,99	0,18	250
Масло сливочное 72,5% (порционнo)	53	0,06	5,85	0,10		10
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	157	6,80	1,28	29,60		80
Хлеб ржаной	61	2,31	0,42	11,94		35
Завтрак-2	303	9,31	12,59	38,01	4,16	
Хлеб пшеничный	59	2,55	0,48	11,10		30
Сок фруктовый	85	0,76		20,57	4,00	200
Омлет натуральный	159	6,00	12,11	6,34	0,16	60\3
Обед	1012	36,86	28,57	151,77	38,82	
Борщ с фасолью и картофелем	121	3,65	4,70	15,87	5,58	250
Соус сметанный с томатом	35	0,84	2,14	3,08	0,92	50
Кабачки фаршированные мясом и рисом	232	13,47	13,53	14,07	9,70	150
Пюре картофельное	160	3,67	5,46	24,10	12,46	180
Помидоры свежие	20	1,03	0,18	3,46	10,00	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
Полдник	612	24,45	20,52	82,40	495,82	
Сырники из творога со сгущенным молоком	335	19,48	15,73	28,83	0,30	100\25
Какао с молоком	144	3,77	3,59	24,17	0,52	200
Фрукт Яблоко	133	1,20	1,20	29,40	495,00	300
Ужин-1	797	31,05	24,02	114,05	10,08	
Шницель рыбный рубленый	229	16,26	13,31	10,95	2,60	120
Рис отварной	232	4,26	5,37	41,65		180
Свекольная икра	92	2,25	3,84	12,24	7,40	100
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	126	5,59	0,99	23,57		70
Хлеб ржаной	61	2,31	0,42	11,94		35
Ужин-2	202	5,68	5,06	33,41	1,10	
Молоко кипяченое	107	5,44	5,06	9,92	1,10	200
Зефир	95	0		23		30
Итого за день:	3758	129,20	110,48	475,97	550,24	

Составитель

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