

# МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство»»

## Меню

На 1 октября 2026 года

| №<br>рецептуры        | Прием пищи | Наименование блюда                                 | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-----------------------|------------|----------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|                       |            |                                                    |                | Б                   | Ж     | У      |                                   |
| 316                   | ЗАВТРАК    | Запеканка рисовая с творогом                       | 210            | 14,34               | 10,63 | 57,85  | 424,62                            |
| 16                    | ЗАВТРАК    | Повидло яблочное                                   | 30             | 0,12                | 0,00  | 19,50  | 75,00                             |
| 111                   | ЗАВТРАК    | Батон нарезной с микронутриентами                  | 60             | 4,50                | 1,74  | 30,84  | 157,20                            |
| 283                   | ЗАВТРАК    | Чай с сахаром                                      | 200            | 0,44                | 0,00  | 15,06  | 61,06                             |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |            |                                                    |                | 19,40               | 12,37 | 123,25 | 717,88                            |
| 106                   | ОБЕД       | Огурец свежий (нарезка)                            | 60             | 0,48                | 0,06  | 1,50   | 8,40                              |
| 170                   | ОБЕД       | Борщ с капустой и картофелем на курином<br>бульоне | 200            | 2,64                | 5,04  | 8,74   | 91,20                             |
| 590                   | ОБЕД       | Жаркое по-домашнему из свинины                     | 250            | 18,65               | 25,57 | 33,00  | 435,10                            |
| 108                   | ОБЕД       | Хлеб Пекарский бездрожжевой                        | 30             | 1,74                | 0,15  | 14,19  | 65,40                             |
| 296                   | ОБЕД       | Напиток лимонный                                   | 200            | 0,06                | 0,00  | 20,16  | 78,18                             |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |            |                                                    |                | 23,57               | 30,82 | 77,59  | 678,28                            |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:        |            |                                                    |                | 42,97               | 43,19 | 200,84 | 1396,16                           |

Директор МАУ «Центр питания  
«Здоровое детство»:

 Донченкова Е.Ю.

Технолог:

 Логинова С.Е.