

МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство» Меню

На 21 января 2026 года

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
196	ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	200	3,52	6,75	32,74	217,74
111	ЗАВТРАК	Батон нарезной с микронутриентами	40	3,00	1,16	20,56	104,80
300	ЗАВТРАК	Яйца вареные	55	7,01	6,32	0,41	86,62
283	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,60	0,00	15,10	62,58
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			495	14,13	14,23	68,81	471,74
435	ЗАВТРАК	Молоко питьевое ультрапастеризованное 3,2%	170	5,10	5,44	7,99	102,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			665	19,23	19,67	76,80	573,74
61	ОБЕД	Суп картофельный с чечевицей на курином бульоне	200	3,24	3,28	9,98	81,74
119	ОБЕД	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	180	17,92	20,29	47,37	383,59
108	ОБЕД	Хлеб Пекарский бездрожжевой	35	2,03	0,18	16,55	76,30
255	ОБЕД	Напиток из яблок	200	0,08	0,08	16,94	66,24
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			615	23,27	23,83	90,84	607,87
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1280	42,50	43,50	167,64	1181,61

Директор МАУ «Центр питания
«Здоровое детство»:



Донченкова Е.Ю.

Технолог:



Попова Е.В.