

# МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство» Меню

На 26 января 2026 года

| № рецептуры                     | Прием пищи | Наименование блюда                         | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------------|------------|--------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|--------------------------------|
|                                 |            |                                            |             | Б                   | Ж     | У      |                                |
| 182 (1)                         | ЗАВТРАК    | Каша овсяная (геркулес) молочная "Копорка" | 200         | 6,00                | 7,96  | 27,54  | 205,30                         |
| 285                             | ЗАВТРАК    | Чай с лимоном и сахаром                    | 200         | 0,66                | 0,00  | 15,30  | 64,96                          |
| 152                             | ЗАВТРАК    | Бутерброд с джемом                         | 60          | 3,10                | 1,16  | 34,88  | 160,00                         |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:           |            |                                            | 460         | 9,76                | 9,12  | 77,72  | 430,26                         |
| 435                             | ЗАВТРАК    | Молоко питьевое ультрапастеризованное 3,2% | 170         | 5,10                | 5,44  | 7,99   | 102,00                         |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:           |            |                                            | 170         | 5,10                | 5,44  | 7,99   | 102,00                         |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ (ЗАВТРАК): |            |                                            | 630         | 14,86               | 14,56 | 85,71  | 532,26                         |
| 63                              | ОБЕД       | Суп картофельный с горохом                 | 200         | 4,50                | 4,52  | 18,62  | 124,58                         |
| 171                             | ОБЕД       | Плов со свиной                             | 220         | 16,50               | 22,90 | 43,71  | 518,94                         |
| 108                             | ОБЕД       | Хлеб Пекарский бездрожжевой                | 35          | 2,03                | 0,18  | 16,55  | 76,30                          |
| 518                             | ОБЕД       | Сок фруктовый в ассортименте               | 200         | 1,00                | 0,00  | 22,00  | 88,00                          |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:           |            |                                            | 655         | 24,03               | 27,60 | 100,88 | 807,82                         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                  |            |                                            | 1285        | 38,89               | 42,16 | 186,59 | 1340,08                        |

Директор МАУ «Центр питания  
«Здоровое детство»:



Донченкова Е.Ю.

Технолог:



Попова Е.В.