

# МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство» Меню

На 27 января 2026 года

| № рецептуры                     | Прием пищи | Наименование блюда                                   | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------------|------------|------------------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|--------------------------------|
|                                 |            |                                                      |             | Б                   | Ж     | У      |                                |
| 195                             | ЗАВТРАК    | Каша пшеничная молочная жидкая                       | 200         | 6,20                | 5,98  | 35,40  | 222,20                         |
| 3                               | ЗАВТРАК    | Бутерброд с сыром                                    | 45          | 7,15                | 4,85  | 15,94  | 131,94                         |
| 519                             | ЗАВТРАК    | Напиток из шиповника                                 | 200         | 0,60                | 0,00  | 23,98  | 95,24                          |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:           |            |                                                      |             | 13,95               | 10,83 | 75,32  | 449,38                         |
| 435                             | ЗАВТРАК 2  | Молоко питьевое ультрапастеризованное 3,2%           | 170         | 5,10                | 5,44  | 7,99   | 102,00                         |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:           |            |                                                      |             | 5,10                | 5,44  | 7,99   | 102,00                         |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ (ЗАВТРАК): |            |                                                      |             | 19,05               | 16,27 | 83,31  | 551,38                         |
| 53                              | ОБЕД       | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне | 200         | 2,86                | 4,52  | 8,94   | 90,84                          |
| 271                             | ОБЕД       | Биточки "Аппетитные" (говядина/свинина/курица)       | 90          | 14,88               | 14,22 | 18,58  | 313,50                         |
| 138                             | ОБЕД       | Картофельное пюре                                    | 150         | 3,24                | 4,79  | 26,02  | 165,96                         |
| 108                             | ОБЕД       | Хлеб Пекарский бездрожжевой                          | 35          | 2,03                | 0,18  | 16,55  | 76,30                          |
| 283                             | ОБЕД       | Чай с сахаром                                        | 200         | 0,60                | 0,00  | 15,10  | 62,58                          |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:           |            |                                                      |             | 23,61               | 23,71 | 85,19  | 709,18                         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                  |            |                                                      |             | 42,66               | 39,98 | 168,50 | 1260,56                        |

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»:



Донченкова Е.Ю.

Технолог:



Попова Е.В.