

# МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство»

## Меню

На 29 сентября 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         | 7,62                | 6,28  | 37,08  | 227,76                         |
| 3                     | ЗАВТРАК    | Бутерброд с сыром                                    | 60          | 7,27                | 5,81  | 23,13  | 171,00                         |
| 111                   | ЗАВТРАК    | Батон нарезной с микронутриентами                    | 40          | 3,00                | 1,16  | 20,56  | 104,80                         |
| 283                   | ЗАВТРАК    | Чай с сахаром                                        | 200         | 0,44                | 0,00  | 15,06  | 61,06                          |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |            |                                                      |             | 18,33               | 13,25 | 95,83  | 564,62                         |
| 6                     | ОБЕД       | Салат из белокочанной капусты с морковью             | 60          | 1,40                | 3,08  | 7,03   | 61,38                          |
| 61                    | ОБЕД       | Суп картофельный с крупой рисовой на курином бульоне | 200         | 2,44                | 2,88  | 14,16  | 92,32                          |
| 16/8                  | ОБЕД       | Биточки мясные, запеченные в томатном соусе          | 90          | 14,54               | 17,17 | 14,38  | 270,26                         |
| 138                   | ОБЕД       | Картофельное пюре                                    | 150         | 3,27                | 7,26  | 22,05  | 167,01                         |
| 108                   | ОБЕД       | Хлеб Пекарский бездрожжевой                          | 30          | 1,74                | 0,15  | 14,19  | 65,40                          |
| 285                   | ОБЕД       | Чай с лимоном и сахаром                              | 200         | 0,50                | 0,00  | 15,26  | 63,44                          |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |            |                                                      |             | 23,89               | 30,54 | 87,07  | 719,81                         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:        |            |                                                      |             | 42,22               | 43,79 | 182,90 | 1284,43                        |

Директор МАУ «Центр питания  
«Здоровое детство»:

Донченкова Е.Ю.

Технолог:

Попова Е.В.