

# МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство» Меню

На 29 декабря 2025 года

| № рецептуры           | Прием пищи | Наименование блюда                         | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------|------------|--------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|--------------------------------|
|                       |            |                                            |             | Б                   | Ж     | У      |                                |
| 195                   | ЗАВТРАК    | Каша пшеничная молочная жидкая             | 200         | 7,76                | 7,00  | 36,80  | 234,00                         |
| 3                     | ЗАВТРАК    | Бутерброд с сыром                          | 50          | 6,53                | 4,99  | 18,51  | 145,04                         |
| 285                   | ЗАВТРАК    | Чай с лимоном и сахаром                    | 200         | 0,66                | 0,00  | 15,30  | 64,96                          |
| 435                   | ЗАВТРАК    | Молоко питьевое ультрапастеризованное 3,2% | 170         | 5,10                | 5,44  | 7,99   | 102,00                         |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |            |                                            |             | 20,05               | 17,43 | 78,60  | 546,00                         |
| 585                   | ОБЕД       | Суп Минестроне                             | 200         | 2,00                | 4,40  | 14,12  | 104,32                         |
| 95                    | ОБЕД       | Гуляш из свинины                           | 90          | 10,92               | 23,61 | 3,01   | 268,83                         |
| 213                   | ОБЕД       | Макароны отварные (с маслом сливочным)     | 150         | 5,67                | 4,35  | 34,83  | 200,94                         |
| 108                   | ОБЕД       | Хлеб Пекарский бездрожжевой                | 30          | 1,74                | 0,15  | 14,19  | 65,40                          |
| 518                   | ОБЕД       | Сок фруктовый в ассортименте               | 200         | 1,00                | 0,00  | 22,00  | 88,00                          |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |            |                                            |             | 21,33               | 32,51 | 88,15  | 727,49                         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:        |            |                                            |             | 41,38               | 49,94 | 166,75 | 1273,49                        |

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»:

Технолог:

Донченкова Е.Ю.

Попова Е. В.