# МЕНЮ на 06.04.2026

Утверждаю
Директор Вихрянова Л.А.

**КГКУ СО "Краевой центр семьи и детей"**

**МЕНЮ**

**6 апреля 2026 г.**

**День:**

Дети 3-7, 15 стол

**Завтрак**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | бутерброд с сыром 23 | 25 | 9,52 | 0,144 | 22,26 | 259 |
| 2 | кофейный напиток с молоком 23 | 200 | 3,12 | 2,4 | 11,23 | 76 |
| 3 | суп молочный с макаронными изделиями 23 | 150 | 5,04 | 5,37 | 18,57 | 142 |
| 4 | яйцо отварное 23 | 1 000 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 |
| | Итого | | 22,76 | 12,51 | 52,34 | 540,00 |

**Второй завтрак**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | сок 23 | 100 | 1 | 0,2 | 20,2 | 75 |
| | Итого | | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 75,00 |

**Обед**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | жаркое по-домашнему 23 | 150 | 10 | 12,57 | 18,53 | 238 |
| 2 | кисель из свежемороженных ягод 23 | 180 | 0,21 | 0,05 | 21,55 | 90 |
| 3 | суп харчо с мясом 23 | 200 | 6,66 | 4,88 | 19,04 | 137,5 |
| 4 | томаты соленые 23 | 50 | 4,3 | 0,2 | 4 | 26 |
| 5 | хлеб пшеничный 23 | 20 | 3,41 | 0,55 | 17,81 | 90,03 |
| 6 | хлеб ржано-пшеничный 23 | 30 | 4,48 | 0,96 | 39,52 | 160 |
| | Итого | | 29,06 | 19,21 | 120,45 | 741,53 |

**Полдник**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | компот из свежих плодов 23 | 200 | 0,16 | 0,16 | 11,9 | 51 |
| 2 | фрукты 23 | 90 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 3 | шанежка наливная 23 | 80 | 6,08 | 5,44 | 37,12 | 222,4 |
| | Итого | | 6,64 | 6,00 | 58,82 | 320,40 |

**Ужин**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | поджарка из рыбы 23 | 70 | 5,77 | 7,44 | 7,95 | 126 |
| 2 | рис отварной с овощами 23 | 150 | 4,41 | 7,66 | 33,04 | 246 |
| 3 | салат из свеклы слуком 23 | 60 | 1,66 | 6,35 | 9,15 | 101,25 |
| 4 | хлеб пшеничный 23 | 15 | 3,41 | 0,55 | 17,81 | 90,03 |
| 5 | хлеб ржано-пшеничный 23 | 20 | 4,48 | 0,96 | 39,52 | 160 |
| 6 | чай с лимоном 23 | 200 | 0,06 | 0,01 | 7,34 | 33 |
| | Итого | | 19,79 | 22,97 | 114,81 | 756,28 |

**Второй ужин**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | батон 23 | 20 | 5,35 | 0,6 | 35,6 | 169,5 |
| 2 | Кисломолочный продукт 23 | 150 | 5,23 | 4,5 | 7,2 | 95,4 |
| | Итого | | 10,58 | 5,10 | 42,80 | 264,90 |
| | Итого за день | | 89,83 | 65,99 | 409,42 | 2 698,11 |

Медицинская сестра _____ подпись Устинова Татьяна Владимировна ФИО










