# МЕНЮ на 07.04.2026

Утверждаю
Директор Вихрянова Л.А.

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

**МЕНЮ**

**7 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 | омлет натуральный 23 | 150 | 17,02 | 17,83 | 4,88 | 246 |
| 3 | чай с молоком 23 | 200 | 0,56 | 0,64 | 7,07 | 39 |
| | Итого | | 27,10 | 18,61 | 34,21 | 544,00 |

**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 | гуляш 23 | 70 | 16,39 | 18,71 | 2,34 | 245 |
| 2 | компот из смеси сухофруктов/компот из плодов или ягод сушеных 23 | 180 | 0,077 | | 21,29 | 86,5 |
| 3 | макаронные изделия отварные с овощами 23 | 130 | 7,44 | 9,14 | 42,24 | 269,07 |
| 4 | овощи натуральные соленые консервированные 23 | 60 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 13 |
| 5 | суп картофельный с бобовыми с мясом 23 | 200 | 7,55 | 4,24 | 20,67 | 147 |
| 6 | хлеб пшеничный 23 | 20 | 3,41 | 0,55 | 17,81 | 90,03 |
| 7 | хлеб ржано-пшеничный 23 | 30 | 4,48 | 0,96 | 39,52 | 160 |
| | Итого | | 40,15 | 33,70 | 145,57 | 1 010,60 |

**Полдник**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | булочка дорожная 23 | 100 | 4,75 | 7,44 | 29,41 | 216 |
| 2 | молоко кипяченое 23 | 180 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 |
| 3 | фрукты 23 | 90 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого | | 11,15 | 14,24 | 48,61 | 383,00 |

**Ужин**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | какао с молоком 23 | 200 | 2,8 | 2,24 | 11,07 | 74 |
| 2 | картофель отварной 23 | 130 | 3,46 | 7,98 | 24,18 | 182,36 |
| 3 | котлеты или биточки рыбные 23 | 70 | 12,96 | 2,14 | 47 | 102 |
| 4 | салат из свеклы с зеленым горошком 23 | 60 | 2,11 | 8,13 | 7,36 | 111 |
| 5 | хлеб пшеничный 23 | 15 | 3,41 | 0,55 | 17,81 | 90,03 |
| 6 | хлеб ржано-пшеничный 23 | 20 | 4,48 | 0,96 | 39,52 | 160 |
| | Итого | | 29,22 | 22,00 | 146,94 | 719,39 |

**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 | | 119,20 | 93,85 | 438,33 | 2 996,89 |

Медицинская сестра _____ подпись Устинова Татьяна Владимировна ФИО
















