# МЕНЮ на 29.04.2026

Утверждаю
Директор Вихрянова Л.А.

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

**МЕНЮ**

**29 апреля 2026 г.**

**День:**

Дети 3-7, 15 стол

**Завтрак**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | батон 23 | 15 | 5,35 | 0,6 | 35,6 | 169,5 |
| 2 | какао с молоком 23 | 200 | 2,8 | 2,24 | 11,07 | 74 |
| 3 | каша жидкая молочная(пшено) 23 | 200 | 8,78 | 8,61 | 37,8 | 263 |
| | Итого | | 16,93 | 11,45 | 84,47 | 506,50 |

**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 | капуста тушенная с мясом 23 | 150 | 17,54 | 13,49 | 10,19 | 244 |
| 2 | кисель из свежемороженных ягод 23 | 180 | 0,21 | 0,05 | 21,55 | 90 |
| 3 | салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком) 23 | 60 | 3,12 | 10,41 | 10,18 | 147 |
| 4 | суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы 23 | 200 | 6,65 | 5,37 | 22,24 | 161 |
| 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 | | 35,41 | 30,83 | 121,49 | 892,03 |

**Полдник**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | компот из смеси сухофруктов/компот из плодов или ягод сушеных 23 | 1 000 | 0,077 | | 21,29 | 86,5 |
| 2 | пирожок печеный из сдобного теста с фаршем картофельным с луком 23 | 80 | 3,18 | 3,41 | 17,8 | 122,5 |
| 3 | фрукты 23 | 90 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого | | 3,66 | 3,81 | 48,89 | 256,00 |

**Ужин**

| | Название блюда | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Эн/ц (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | запеканка картофельная с печенью 23 | 150 | 14,66 | 14,72 | 20,37 | 275,56 |
| 2 | салат из моркови с чесноком 23 | 60 | 1,75 | 6,34 | 9,46 | 102,5 |
| 3 | соус сметанный 23 | 45 | 0,29 | 3,2 | 0,95 | 33,75 |
| 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 молоком 23 | 200 | 0,56 | 0,64 | 7,07 | 39 |
| | Итого | | 25,15 | 26,41 | 95,18 | 700,84 |

**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 | | 92,73 | 77,80 | 413,03 | 2 695,27 |

Медицинская сестра _____ подпись Устинова Татьяна Владимировна ФИО
















