

МЕНЮ

на 05.10.2026

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, ккал
ЗАВТРАК		
Каша молочная "Рябчик"	180	180,88
Бутерброд хлеб с маслом	25	74,62
Чай с молоком	180	51,26
ЗАВТРАК 2		
Яблоки свежие	100	47
ОБЕД		
Рассольник ленинградский	180	122,83
Гарнир гречневый с маслом	120	156,73
Котлеты мясные	70	232,55
Компот из кураги	180	71,69
Хлеб пшеничный	20	42,72
Хлеб ржаной	20	34,8
Каша молочная "Рябчик"	180	180,88
ПОЛДНИК		
Гренка сахарная	35	84,12
Чай п/полусладкий	180	18,77
УЖИН		
Каша молочная кукурузная	180	181,19
Напиток из плодов шиповника	180	57,15
Хлеб пшеничный	20	42,72

Руководитель _____



МЕНЮ

на 06.10.2026

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, ккал
ЗАВТРАК		
Каша рисовая молочная с маслом	180	225,18
Чай с сахаром	180	35,48
Хлеб пшеничный	20	42,72
ОБЕД		
Суп "Шахтерский" с мясом и сметаной	180	137,57
Гарнир "Перловый"	120	170,81
Гуляш из курицы	70	80,04
Компот из смеси сухофруктов	180	39,11
Хлеб пшеничный	20	42,72
Хлеб ржаной	20	34,8
ПОЛДНИК		
Сырники из творога с молоком сгущ.	70	193
Чай с сахаром	180	35,48
УЖИН		
Картофельное пюре с маслом сливоч.	120	115,78
Оладьи из печени с овощами	50	125,67
Напиток из изюма и чернослива	180	62,64
Хлеб пшеничный	20	42,72

Руководитель _____



МЕНЮ
на 08.10.2026

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, ккал
ЗАВТРАК		
Омлет натуральный	80	88,54
Чай с сахаром	180	35,48
Бутерброд с маслом и красной рыбой	40	70,64
ЗАВТРАК 2		
Бананы свежие	100	96
ОБЕД		
Салат витаминный с кукурузой консерв	60	100,15
Борщ	180	160,25
Ёжики мясные	70	194,36
Пюре картофельное	120	108,36
Компот из чернослива	180	84,44
Хлеб пшеничный	20	42,72
Хлеб ржаной	20	34,8
ПОЛДНИК		
Пряник	20	80,59
Молоко кипяченое	180	97,2
УЖИН		
Запеканка рисовая с маслом	180	357,23
Компот из свежих груш	180	103,14

Руководитель



МЕНЮ

на 08.10.2026

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, ккал
ЗАВТРАК		
Каша молочная из пшеничной крупы	180	181,84
Сыр Российский (порциями) с хлебом	25	70,02
Чай с молоком	180	51,26
ОБЕД		
Суп с макаронными изделиями и картоф	180	80,73
Рис отварной	150	188,06
Котлета рыбная запеченая	70	201,22
Компот "Клюковка"	180	70,76
Хлеб ржаной	20	34,8
Хлеб пшеничный	20	42,72
ПОЛДНИК		
Блинчики с повидлом	70	180,72
Чай п/полусладкий	180	18,77
УЖИН		
Суп-пюре из разных овощей	150	92,2
Компот из чернослива	180	84,44
Хлеб пшеничный	20	42,72
Рис отварной	150	188,06

Руководитель



ПОПЛИК

МЕНЮ
на 09.10.2026

Наименование блюда	Масса порции, г	Калорийность порции, ккал
ЗАВТРАК		
Каша молочная геркулесовая	180	237,76
Бутерброд батон с маслом	25	79,65
Какао с молоком	180	75,89
ЗАВТРАК 2		
Абрикосы свежие	100	44
ОБЕД		
Суп картофельный с клецками	180	173,32
Пюре картофельное	120	108,36
Шницель натуральный	70	194,64
Компот "Апельсинка"	180	57,67
Хлеб ржаной	20	34,8
Хлеб пшеничный	20	42,72
ПОЛДНИК		
Сок яблочный	180	76,32
Пряник	20	80,59
УЖИН		
Макароны отварные с маслом	120	175,97
Сосиски отварные со сливочным маслом	80	238,54
Чай с сахаром	180	35,48
Хлеб пшеничный	20	42,72

Руководитель

