



10 дневное меню для организации питания сотрудников в дошкольных учреждениях 10,5 часовым пребыванием на 2026г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1 неделя					
День 1					
Суп картофельный с пшенной крупой на кб	200	2,1	2,1	15,5	90
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		11,85	3,73	67,5	350
День 2					
Рассольник Ленинградский со сметаной на кб	200/10	1,7	4,8	12,3	104
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		11,45	6,43	64,3	364
День 3					
Суп- лапша домашняя на кб	200	2,1	3,4	9,3	77
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		11,85	5,03	61,3	337
День 4					
Суп картофельный с бобовыми и гренками на кб	200/15	6,2	4,1	25,5	169
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		15,95	5,73	77,5	429
День 5					
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на кб	200/10	1,52	4,48	5,68	70,4
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		11,27	6,11	57,68	330,4
2 неделя					
День 1					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на кб	200/10	1,44	4,64	6,72	74,4
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		11,19	6,27	58,72	334,4
День 2					
Суп картофельный с клецками на кб	200	2	1,9	12	76
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		11,75	3,53	64	336
День 3					
Суп картофельный с бобовыми и гренками на кб	200/15	6,2	4,1	25,5	169
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		15,95	5,73	77,5	429
День 4					
Суп картофельный с гречневой крупой на кб	200	2,12	2,14	15,8	92
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		11,87	3,77	67,8	352
День 5					
Суп картофельный с макаронными изделиями на кб	200	2,2	2,1	15,1	89
Хлеб ржано-пшеничный	50	9,75	1,63	52	260
		11,95	3,73	67,1	349