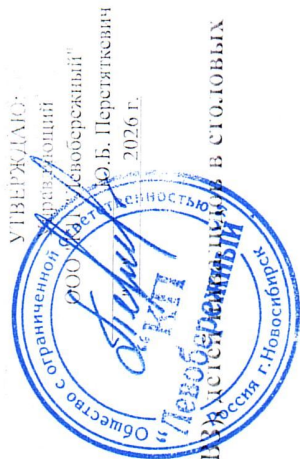




Вводится со 2 сентября 2026 года

Cyrena: Cyrena

Возрастная категория: 7-11 лет

2 НЕДЕЛЯ											
1 НЕДЕЛЯ				2 НЕДЕЛЯ				3 НЕДЕЛЯ			
Завтраки			Обеды			Завтраки			Обеды		
Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК											
Каша из риса и пшена молочная вязкая с маслом сливочным	200	229,48	Салат "Золотая осень."	100	230,10	Сыр (норwich)	10	35,30	Салат "Ералаш"	100	94,74
Хлеб пшеничный	30	67,59	Свекольник	210	106,78	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	200	292,37	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	100,69
Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Гуляш из свинины - 40/40	80	226,31	Хлеб пшеничный	30	67,59	Плов (свинина)	210	562,73
Какао с молоком	200	116,16	Макароны отварные с овощами	120	142,13	Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Хлеб пшеничный	40	90,12
Мандарин	120	45,96	Хлеб пшеничный	40	90,12	Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21
			Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21	Пюре фруктовое, т/п	125	55,00	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43
			Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	86,43						
ИТОГО:	570	508,66	ИТОГО:	780	956,48	ИТОГО:	595	540,50	ИТОГО:	780	1008,92
ВТОРНИК											
Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	265,42	Салат из свеклы с сыром	100	152,90	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	267,95	Салат из моркови	100	132,60
Хлеб пшеничный	30	67,59	Рассольник Ленинградский	210	116,62	Хлеб пшеничный	30	67,59	Суп картофельный с овощными (горох)	200	121,24
Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Голубец Ленинский (свинина)	70	232,09	Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Биточек рубленый из птицы	70	180,40
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Соус белый основной	50	25,11	Какао с молоком	200	116,16	Соус сметанный с томатом	50	87,50
Яблоко	150	66,60	Каша гречневая рассыпчатая	120	210,75	Мандарин	120	45,96	Каша перловая рассыпчатая	120	164,89
			Хлеб пшеничный	40	90,12				Хлеб пшеничный	40	90,12
			Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21				Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21

			Комлот из свежемороженых яблок (клубника)	200	67,10				Комлот из свежих яблок и свежемороженой клубники	200	68,82
ИТОГО:	610	489,85	ИТОГО:	820	968,90	ИТОГО:	570	547,13	ИТОГО:	810	919,78
СРЕДНЯЯ											
Запеканка из творога с яблоком с молоком ступенным - 100/20	120	248,18	Икра овощная (маринад овощной с поматом)	100	132,85	Запеканка из творога с молоком ступенным - 100/20	120	252,22	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	118,50
Хлеб пшеничный	30	67,59	Щи из капусты свежей с картофелем	210	89,42	Хлеб пшеничный	30	67,59	Борщ Сибирский	210	110,68
Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Биточек из курицы и свинины	70	216,90	Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай) - 50/60	110	125,12
Кофейный напиток с молоком	200	83,53	Соус красный основной	50	21,69	Чай с сахаром, лимонном - 200/10/5	215	41,88	Макaronные изделия отварные	120	170,78
Пюре фруктовое, г/л	125	55,00	Рис припущенный	120	169,25	Яблоко	150	66,60	Хлеб пшеничный	40	90,12
			Хлеб пшеничный	40	90,12				Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21
			Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21				Напиток из шиповника	200	79,80
			Комлот из смеси сухофруктов	200	59,20						
ИТОГО:	495	503,77	ИТОГО:	820	853,64	ИТОГО:	535	477,76	ИТОГО:	810	769,21

ЧЕТВЕРГ

Сыр (порциями)	10	35,30	Салат из блочечной капусты	100	92,56	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молотая в явля с маслом сливочным	200	256,81	Салат "Веснушка"	100	93,94
Каша манная молотая жидкая с маслом сливочным	200	195,68	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	120,39	Хлеб пшеничный	30	67,59	Рассольник	210	104,10
Хлеб пшеничный	30	67,59	Гречаники (свинина)	70	238,33	Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Тефтели из свинины с рисом и соусом - 70/30	120	284,65
Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Соус молочный	50	53,37	Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Пюре картофельное	120	116,68
Чай с сахаром, лимон - 200/10/5	215	41,88	Пюре картофельное	120	116,68	Сок фруктовый, т/п	200	89,60	Хлеб пшеничный	40	90,12
Сок фруктовый, т/п	200	89,60	Хлеб пшеничный	40	90,12				Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21
			Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21				Компот из свежих яблок и мандаринов	200	70,57
			Компот из свежих яблок и мандаринов	200	70,57						
Итого:	675	479,52	Итого:	810	856,23	Итого:	660	504,24	Итого:	820	834,27

VIII.11.11

Омлет натуральный	120	166,01	Салат "Бабушкин салатик"	100	180,51	Омлет натуральный	120	166,01	Винегрет с горошком	100	130,77
Хлеб пшеничный	30	67,59	Борщ с капустой и картофелем	210	101,78	Хлеб пшеничный	30	67,59	Суп картофельный с крупной (рис)	200	87,17
Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Котлета рыбная Любительская (минтай)	70	110,42	Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Шницель из свинины	70	238,15
Кисель с молоком	200	116,16	Суп томатный	50	36,43	Кофейный напиток с молоком	200	83,53	Суп красный основной	50	21,69
Яблоко	150	66,60	Макаронные изделия отварные	120	170,78	Яблоко	150	66,60	Кана гречневая рассыпчатая с овощами	120	210,10
			Хлеб пшеничный	40	90,12				Хлеб пшеничный	40	90,12
			Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21				Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21

			Напиток из шпината	200	79,80				Компот из смесей сухофруктов	200	59,20
ИТОГО:	520	465,83	ИТОГО:	820	844,05	ИТОГО:	520	433,20	ИТОГО:	810	911,41
СУББОТА											
Каша пшеничная молочная желек с маслом сливочным	200	286,59	Салат из свеклы с яблоками	100	98,56	Сыр (порциями)	10	35,30	Салат "Витаминка"	100	92,02
Хлеб пшеничный	30	67,59	Суп из овощей	210	96,03	Каша кукурузная молочная желек с маслом сливочным	200	225,19	Суп картофельный с крупой (шпешо)	200	87,94
Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Котлета рубленная из птицы	70	180,40	Хлеб пшеничный	30	67,59	Биточек рыбный (минтай)	70	109,23
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Соус молочный	50	53,37	Хлеб ржано-пшеничный	20	49,47	Соус томатный	50	36,43
Пюре фруктовое, т/п	125	55,00	Каша перловая с овощами	120	158,00	Чай с сахаром, лимон - 200/10/5	215	41,88	Картофель отварной	120	119,92
			Хлеб пшеничный	40	90,12	Пюре фруктовое, т/п	125	55,00	Хлеб пшеничный	40	90,12
			Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21				Хлеб ржано-пшеничный	30	74,21
			Компот из плодов или ягод сушеных (яблом)	200	86,88				Компот из плодов или ягод сушеных (яблом)	200	86,88
ИТОГО:	585	499,42	ИТОГО:	820	837,57	ИТОГО:	600	474,43	ИТОГО:	810	696,75

Технолог  Э.Ю. Бобровникова