

Утверждаю:  
 Директор ГБОУ ЛНР "АСКШИ"

О.Н.Теличко

" 24 " мая 2026 г.

**МЕНЮ**  
**ДЕТСКИЙ ДОМ (Дети 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
210	<b>Каша жидкая из манной крупы с сахаром</b> <small>молоко, крупа манная, сахар-песок</small>	Калорийность-227, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-43	9-65	181
25	<b>Сосиски, сардельки отварные (ДЕТСКИЙ ДОМ)</b> <small>сосиски, масло сливочное</small>	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-6	7-00	243
12	<b>Сыр (порциями)</b>	Калорийность-43, Белки-3, Жиры-4	8-58	15
222	<b>Чай с лимоном</b> <small>чай-заварка, сахар-песок, лимоны</small>	Калорийность-62, Углеводы-15	2-95	377
100	<b>Хлеб</b>	Калорийность-235, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-49	5-16	524
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-635, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-107	33-34
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
300	<b>Бананы (ДЕТСКИЙ ДОМ)</b>	Калорийность-288, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-63	60-48	527
<b>Итого за Завтрак 2</b>			Калорийность-288, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-63	60-48
<b><u>Обед</u></b>				
100	<b>Сельдь с луком</b> <small>сельдь с-с, лук репчатый, масло растительное</small>	Калорийность-175, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-3	57-06	76
300	<b>Рассольник ленинградский</b> <small>картофель, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, масло растительное, сметана 20% жирности, крупа перловая, соль, лавровый лист</small>	Калорийность-114, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	16-67	96
110	<b>Тефтели 2-й вариант</b> <small>соус сметанный с томатом, говядина замороженная, лук репчатый, масло растительное, крупа рисовая, мука пшеничная в/с</small>	Калорийность-153, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-8	43-34	279
200	<b>Каша пшеничная рассыпчатая</b> <small>крупа пшеница, соль</small>	Калорийность-274, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-53	3-77	0,02
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	Калорийность-87, Углеводы-21	2-81	349
100	<b>Хлеб</b>	Калорийность-235, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-49	5-16	524
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-1 037, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-149	128-81
<b><u>Полдник</u></b>				
200	<b>Ряженка</b>	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	21-37	386
<b>Итого за Полдник</b>			Калорийность-108, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	21-37
<b><u>Ужин</u></b>				
50	<b>Овощи натуральные свежие (помидоры)</b>	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	21-46	71
140	<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b> <small>рыба мороженая, морковь, лук репчатый, масло растительное, сахар-песок, томат-паста</small>	Калорийность-129, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6	59-48	229
200	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-237, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-49	4-30	202
200	<b>Кофейный напиток с молоком*</b> <small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-157, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-28	14-49	379
90	<b>Ватрушка с творожным фаршем</b> <small>мука пшеничная в/с, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, масло растительное, соль (йодированная), дрожжи сухие</small>	Калорийность-216, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-33	3-34	560
100	<b>Хлеб</b>	Калорийность-235, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-49	5-16	524
<b>Итого за Ужин</b>			Калорийность-985, Белки-44, Жиры-15, Углеводы-167	122-05
<b>Итого за день</b>			Калорийность-3 053, Белки-108, Жиры-71, Углеводы-494	366-11

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Баулина Е.И.

Утверждаю:  
 Директор ГБОУ ЛНР "АСКШИ"  
 О.Н.Теличко  
 " 24 " мая 2026 г.

**МЕНЮ**  
**ДЕТСКИЙ ДОМ (Дети 12 и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
210	<b>Каша жидкая из манной крупы с сахаром</b> <small>молоко, крупа манная, сахар-песок</small>	Калорийность-227, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-43	9-65	181
25	<b>Сосиски, сардельки отварные (ДЕТСКИЙ ДОМ)</b> <small>сосиски, масло сливочное</small>	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-6	7-00	243
12	<b>Сыр (порциями)</b>	Калорийность-43, Белки-3, Жиры-4	8-58	15
222	<b>Чай с лимоном</b> <small>чай-заварка, сахар-песок, лимоны</small>	Калорийность-62, Углеводы-15	2-95	377
150	<b>Хлеб</b>	Калорийность-353, Белки-11, Жиры-1, Углеводы-74	7-74	524
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-752, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-132	35-92
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
300	<b>Бананы (ДЕТСКИЙ ДОМ)</b>	Калорийность-288, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-63	60-48	527
<b>Итого за Завтрак 2</b>			Калорийность-288, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-63	60-48
<b><u>Обед</u></b>				
100	<b>Сельдь с луком</b> <small>сельдь с-с, лук репчатый, масло растительное</small>	Калорийность-175, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-3	57-06	76
300	<b>Рассольник ленинградский</b> <small>картофель, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, масло растительное, сметана 20% жирности, крупа перловая, соль, лавровый лист</small>	Калорийность-114, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	16-67	96
110	<b>Тефтели 2-й вариант</b> <small>соус сметанный с томатом, говядина замороженная, лук репчатый, масло растительное, крупа рисовая, мука пшеничная в/с</small>	Калорийность-153, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-8	43-34	279
200	<b>Каша пшеничная рассыпчатая</b> <small>крупа пшено, соль</small>	Калорийность-274, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-53	3-77	0,02
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	Калорийность-87, Углеводы-21	2-81	349
150	<b>Хлеб</b>	Калорийность-353, Белки-11, Жиры-1, Углеводы-74	7-74	524
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-1 155, Белки-37, Жиры-34, Углеводы-174	131-39
<b><u>Полдник</u></b>				
200	<b>Ряженка</b>	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	21-37	386
<b>Итого за Полдник</b>			Калорийность-108, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	21-37
<b><u>Ужин</u></b>				
50	<b>Овощи натуральные свежие (помидоры)</b>	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	21-46	71
140	<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b> <small>рыба мороженая, морковь, лук репчатый, масло растительное, сахар-песок, томат-паста</small>	Калорийность-129, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6	59-48	229
200	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-237, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-49	4-30	202
200	<b>Кофейный напиток с молоком*</b> <small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-157, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-28	14-49	379
90	<b>Ватрушка с творожным фаршем</b> <small>мука пшеничная в/с, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, масло растительное, соль (йодированная), дрожжи сухие</small>	Калорийность-216, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-33	3-34	560
100	<b>Хлеб</b>	Калорийность-235, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-49	5-16	524
<b>Итого за Ужин</b>			Калорийность-985, Белки-44, Жиры-15, Углеводы-167	122-05
<b>Итого за день</b>			Калорийность-3 288, Белки-114, Жиры-71, Углеводы-544	371-31

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Баулина Е.И.