

02.06.2025

## Меню 1,5-3 НОВОЕ, 1 ин

| Выход<br>(г)        | Наименование блюда                                         | Номер<br>рецептуры | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------|------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <u>Завтрак1</u>     |                                                            |                    |                                                                                |
| 134                 | Каша рисовая вязкая на молоке                              | 430,47             | кКал-200,36, Белки-3,8, Жиры-5,25, Угл-34,32                                   |
| 5                   | Масло сливочное                                            | 401,06             | кКал-33,05, Белки-0,04, Жиры-3,63, Угл-0,07                                    |
| 8                   | Сыр (порциями)                                             | 27,09              | кКал-28, Белки-2,1, Жиры-2,13                                                  |
| 30                  | Батон нарезной                                             | 4,04               | кКал-72, Белки-2,4, Жиры-0,3, Угл-15,3                                         |
| 150                 | Чай с сахаром                                              | 282,1              | кКал-19,95, Угл-4,99                                                           |
| Итого за Завтрак1   |                                                            |                    | кКал-353,36, Белки-8,34, Жиры-11,31, Угл-                                      |
| <u>Завтрак2</u>     |                                                            |                    |                                                                                |
| 120                 | Яблоко                                                     | 38,01              | кКал-81,6, Белки-0,48, Жиры-0,48, Угл-18,84                                    |
| Итого за Завтрак2   |                                                            |                    | кКал-81,6, Белки-0,48, Жиры-0,48, Угл-18,84                                    |
| <u>Обед</u>         |                                                            |                    |                                                                                |
| 155                 | Щи из свежей капусты со сметаной                           | 53,06              | кКал-58,24, Белки-1,26, Жиры-3,3, Угл-5,72                                     |
| 50                  | Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ)                              | 233,91             | кКал-133,39, Белки-7,72, Жиры-10,59, Угл-1,9                                   |
| 123                 | Каша гречневая вязкая с маслом                             | 175,1              | кКал-112,23, Белки-3,8, Жиры-3,17, Угл-17,17                                   |
| 150                 | Кисель плодово-ягодный                                     | 305,09             | кКал-25,34, Белки-0,05, Жиры-0,05, Угл-6,4                                     |
| 25                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 420,09             | кКал-65, Белки-2, Жиры-0,25, Угл-13,75                                         |
| 25                  | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 421,06             | кКал-55, Белки-2, Жиры-0,25, Угл-11,5                                          |
| Итого за Обед       |                                                            |                    | кКал-449,2, Белки-16,86, Жиры-17,62, Угл-                                      |
| <u>Полдник у.</u>   |                                                            |                    |                                                                                |
| 120                 | Макаронные изделия с тертым сыром                          | 211,79             | кКал-186,94, Белки-6,32, Жиры-5,95, Угл-26,71                                  |
| 150                 | Чай с сахаром                                              | 282,1              | кКал-19,95, Угл-4,99                                                           |
| 20                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 1,9                | кКал-52, Белки-1,6, Жиры-0,2, Угл-11                                           |
| Итого за Полдник у. |                                                            |                    | кКал-258,89, Белки-8,12, Жиры-6,15, Угл-                                       |
| Итого за день       |                                                            |                    | кКал-1143,05, Белки-33,8, Жиры-35,56, Угл-172,66                               |

03.06.2025

# Меню 1,5-3 НОВОЕ, 1 вт

| Выход<br>(г)        | Наименование блюда                                               | Номер<br>рецептуры | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак1</b>     |                                                                  |                    |                                                                                |
| 134                 | Каша пшеничная молочная вязкая с<br>маслом                       | 470,03             | кКал-188.2, Белки-5.58, Жиры-3.97, Угл-<br>27.80                               |
| 5                   | Масло сливочное                                                  | 401,06             | кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07                                    |
| 8                   | Сыр (порциями)                                                   | 27,09              | кКал-28, Белки-2.1, Жиры-2.13                                                  |
| 30                  | Батон нарезной                                                   | 4,04               | кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3                                         |
| 150                 | Чай с сахаром                                                    | 282,1              | кКал-19.95, Угл-4.99                                                           |
| Итого за Завтрак1   |                                                                  |                    | кКал-341.2, Белки-10.12, Жиры-12.03, Угл-                                      |
| <b>Завтрак2</b>     |                                                                  |                    |                                                                                |
| 150                 | Компот из свежих плодов                                          | 294,1              | кКал-40.35, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-9.7                                     |
| Итого за Завтрак2   |                                                                  |                    | кКал-40.35, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-9.7                                     |
| <b>Обед</b>         |                                                                  |                    |                                                                                |
| 155                 | Рассольник с перловой крупой и<br>сметаной                       | 54,08              | кКал-70.87, Белки-1.18, Жиры-3.92, Угл-7.66                                    |
| 60                  | Биточки мясные с томатным<br>соусом п/ф                          | 445,76             | кКал-78.59, Белки-1.27, Жиры-5.52, Угл-2.93                                    |
| 120                 | Картофельное пюре                                                | 138,04             | кКал-127.52, Белки-3.02, Жиры-4.24, Угл-<br>19.29                              |
| 150                 | Компот из смеси сухофруктов                                      | 293,06             | кКал-57.45, Белки-0.55, Жиры-0.07, Угл-<br>14.86                               |
| 20                  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 1,9                | кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11                                           |
| 20                  | Хлеб ржано-пшеничный для<br>детского питания                     | 121,01             | кКал-34, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11                                           |
| Итого за Обед       |                                                                  |                    | кКал-430.43, Белки-12, Жиры-14.15, Угл-                                        |
| <b>Полдник у.</b>   |                                                                  |                    |                                                                                |
| 103                 | Каша манная молочная вязкая с<br>маслом                          | 7,04               | кКал-133.31, Белки-3.74, Жиры-3.97, Угл-<br>20.52                              |
| 60                  | Пудинг творожный со<br>сгущенным молоком                         | 232,02             | кКал-132.28, Белки-9.07, Жиры-4.69, Угл-<br>13.05                              |
| 150                 | Чай с сахаром                                                    | 282,1              | кКал-19.95, Угл-4.99                                                           |
| 20                  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 1,9                | кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11                                           |
| Итого за Полдник у. |                                                                  |                    | кКал-337.54, Белки-14.41, Жиры-8.86, Угл-                                      |
| Итого за день       |                                                                  |                    | кКал-1149.52, Белки-36.65, Жиры-35.16, Угл-<br>172.45                          |

04.06.2025

## Меню 1,5-3 НОВОЕ, 1ср

| Выход<br>(г)        | Наименование блюда                                               | Номер<br>рецептуры | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <u>Завтрак1</u>     |                                                                  |                    |                                                                                |
| 134                 | Каша овсяная "Геркулес"<br>молочная вязкая с маслом              | 181,78             | кКал-173.67, Белки-5.24, Жиры-6.57, Угл-<br>23.29                              |
| 5                   | Масло сливочное                                                  | 401,06             | кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07                                    |
| 30                  | Батон нарезной                                                   | 4,04               | кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3                                         |
| 150                 | Чай с сахаром                                                    | 282,1              | кКал-19.95, Угл-4.99                                                           |
| Итого за Завтрак1   |                                                                  |                    | кКал-298.67, Белки-7.68, Жиры-10.5, Угл-                                       |
| <u>Завтрак2</u>     |                                                                  |                    |                                                                                |
| 100                 | Кисломолочный продукт для<br>детского питания                    | 476,01             | кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1                                          |
| Итого за Завтрак2   |                                                                  |                    | кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1                                          |
| <u>Обед</u>         |                                                                  |                    |                                                                                |
| 40                  | Маринад овощной без томата                                       | 516,07             | кКал-53.63, Белки-0.63, Жиры-1.06, Угл-3.41                                    |
| 155                 | Свекольник со сметаной                                           | 67,07              | кКал-77.68, Белки-1.54, Жиры-3.36, Угл-<br>10.25                               |
| 120                 | Плов из мяса птицы                                               | 131,86             | кКал-285.62, Белки-11.47, Жиры-15.44, Угл-<br>25.15                            |
| 150                 | Чай с сахаром                                                    | 282,1              | кКал-19.95, Угл-4.99                                                           |
| 20                  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 1,9                | кКал-32, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11                                           |
| 20                  | Хлеб ржано-пшеничный для<br>детского питания                     | 421,01             | кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2                                          |
| Итого за Обед       |                                                                  |                    | кКал-532.88, Белки-16.84, Жиры-23.26, Угл-                                     |
| <u>Полдник у.</u>   |                                                                  |                    |                                                                                |
| 150                 | Суп молочный с макаронными<br>изделиями                          | 76,56              | кКал-99.19, Белки-3.62, Жиры-3.47, Угл-13.2                                    |
| 50                  | Булочка молочная                                                 | 273,45             | кКал-147.4, Белки-4.9, Жиры-1.36, Угл-28.9                                     |
| 150                 | Чай с сахаром                                                    | 282,1              | кКал-19.95, Угл-4.99                                                           |
| 25                  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 420,09             | кКал-62, Белки-2, Жиры-0.23, Угл-15.72                                         |
| 120                 | Яблоко                                                           | 48,01              | кКал-81.6, Белки-0.43, Жиры-0.36, Угл-16.33                                    |
| Итого за Полдник у. |                                                                  |                    | кКал-413.14, Белки-11, Жиры-5.56, Угл-                                         |
| Итого за день       |                                                                  |                    | кКал-1322.69, Белки-38.72, Жиры-42.52, Угл-<br>196.56                          |

## Меню 1,5-3 НОВОЕ, 1чт

| Выход<br>(г)        | Наименование блюда                                               | Номер<br>рецептуры | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <u>Завтрак1</u>     |                                                                  |                    |                                                                                |
| 134                 | Каши манная молочная вязкая с<br>маслом                          | 7,23               | кКал-168.32, Белки-4.68, Жиры-5.1, Угл-<br>25.78                               |
| 5                   | Масло сливочное                                                  | 401,06             | кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07                                    |
| 30                  | Батон нарезной                                                   | 4,04               | кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3                                         |
| 150                 | Чай с сахаром                                                    | 282,1              | кКал-19.95, Угл-4.99                                                           |
| Итого за Завтрак1   |                                                                  |                    | кКал-293.32, Белки-7.12, Жиры-9.03, Угл-                                       |
| <u>Завтрак2</u>     |                                                                  |                    |                                                                                |
| 150                 | Компот из смеси сухофруктов                                      | 293,06             | кКал-57.45, Белки-0.33, Жиры-0.07, Угл-<br>14.86                               |
| Итого за Завтрак2   |                                                                  |                    | кКал-57.45, Белки-0.33, Жиры-0.07, Угл-                                        |
| <u>Обед</u>         |                                                                  |                    |                                                                                |
| 40                  | Салат из белокочанной капусты                                    | 494,22             | кКал-50.36, Белки-0.83, Жиры-1.05, Угл-2.52                                    |
| 150                 | Суп-лапша                                                        | 66,93              | кКал-85.82, Белки-2.02, Жиры-3.26, Угл-<br>12.05                               |
| 60                  | Мясо птицы, припущенное с<br>овощами                             | 108,91             | кКал-160.94, Белки-9.56, Жиры-11.94, Угл-<br>3.83                              |
| 123                 | Макаронные изделия отварные с<br>маслом                          | 211,08             | кКал-164.98, Белки-5.06, Жиры-2.89, Угл-<br>29.65                              |
| 150                 | Компот из свежих плодов                                          | 294,1              | кКал-40.35, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-9.7                                     |
| 20                  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 1,9                | кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11                                           |
| 20                  | Хлеб ржано-пшеничный для<br>детского питания                     | 421,01             | кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2                                          |
| Итого за Обед       |                                                                  |                    | кКал-598.45, Белки-20.79, Жиры-22.66, Угл-                                     |
| <u>Полдник у.</u>   |                                                                  |                    |                                                                                |
| 103                 | Каши пшеничная молочная<br>вязкая с маслом                       | 465,64             | кКал-140.48, Белки-4.11, Жиры-3.95, Угл-<br>21.33                              |
| 90                  | Омлет натуральный                                                | 218,05             | кКал-136.61, Белки-9.46, Жиры-10.21, Угл-<br>1.69                              |
| 150                 | Чай с сахаром                                                    | 282,1              | кКал-19.95, Угл-4.99                                                           |
| 20                  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 1,9                | кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11                                           |
| Итого за Полдник у. |                                                                  |                    | кКал-349.04, Белки-15.17, Жиры-14.36, Угл-                                     |
| Итого за день       |                                                                  |                    | кКал-1298.26, Белки-43.41, Жиры-46.12, Угл-<br>177.96                          |