

11.04.2025

## Меню 3-7 НОВОЕ, 1шт

| Выход (г)                | Наименование блюда                                               | Номер<br>рецептуры | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак1</u></b>   |                                                                  |                    |                                                                                |
| 134                      | Каша молочная "Дружба"                                           | 493,01             | кКал-159.63, Белки-4.23, Жиры-5.59, Угл-22.92                                  |
| 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                                         |
| 200                      | Чай с сахаром                                                    | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| Итого за Завтрак1        |                                                                  |                    | кКал-292.61, Белки-6.67, Жиры-9.52, Угл-                                       |
| <b><u>Завтрак2</u></b>   |                                                                  |                    |                                                                                |
| 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                                    |
| <b><u>Обед</u></b>       |                                                                  |                    |                                                                                |
| 180                      | Суп картофельный с горохом                                       | 129,1              | кКал-106.58, Белки-4.4, Жиры-3.37, Угл-14.62                                   |
| 70                       | Рыба запеченная с овощами<br>(филе минтая)                       | 591,17             | кКал-80.44, Белки-7.37, Жиры-4.49, Угл-2.53                                    |
| 130                      | Картофельное пюре                                                | 138,01             | кКал-138.52, Белки-3.27, Жиры-4.63, Угл-20.9                                   |
| 200                      | Чай с сахаром                                                    | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| 25                       | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 420,09             | кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75                                         |
| 25                       | Хлеб ржано-пшеничный для<br>детского питания                     | 421,06             | кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5                                          |
| Итого за Обед            |                                                                  |                    | кКал-473.47, Белки-19.04, Жиры-12.99, Угл-                                     |
| <b><u>Полдник у.</u></b> |                                                                  |                    |                                                                                |
| 150                      | Плов из мяса птицы                                               | 131,01             | кКал-356.62, Белки-14.33, Жиры-19.29, Угл-31.36                                |
| 200                      | Чай с сахаром                                                    | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| 25                       | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 420,09             | кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75                                         |
| Итого за Полдник у.      |                                                                  |                    | кКал-449.55, Белки-16.33, Жиры-19.54, Угл-                                     |
| Итого за день            |                                                                  |                    | кКал-1297.23, Белки-42.52, Жиры-42.53, Угл-186.51                              |



10.04.2025

## Меню 3-7 НОВОЕ, 1чт

| Выход (г)           | Наименование блюда                                               | Номер<br>рецептуры | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак1</b>     |                                                                  |                    |                                                                                |
| 134                 | Каша манная молочная вязкая с<br>маслом                          | 7,23               | кКал-168.32, Белки-4.68, Жиры-5.1, Угл-<br>25.78                               |
| 30                  | Батон нарезной                                                   | 4,04               | кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3                                         |
| 200                 | Чай с сахаром                                                    | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| Итого за Завтрак1   |                                                                  |                    | кКал-268.25, Белки-7.08, Жиры-5.4, Угл-                                        |
| <b>Завтрак2</b>     |                                                                  |                    |                                                                                |
| 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                                          |
| <b>Обед</b>         |                                                                  |                    |                                                                                |
| 40                  | Винегрет овощной (без лука)                                      | 42,45              | кКал-40.81, Белки-0.57, Жиры-2.59, Угл-3.77                                    |
| 60                  | Мясо птицы, припущенное с<br>овощами                             | 108,91             | кКал-160.94, Белки-9.56, Жиры-11.94, Угл-<br>3.83                              |
| 180                 | Суп-лапша                                                        | 66,92              | кКал-101.6, Белки-2.38, Жиры-3.91, Угл-<br>14.18                               |
| 134                 | Макаронные изделия отварные с<br>маслом                          | 211                | кКал-183.69, Белки-5.49, Жиры-3.67, Угл-<br>32.13                              |
| 200                 | Чай с сахаром                                                    | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| 25                  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 420,09             | кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75                                         |
| 25                  | Хлеб ржано-пшеничный для<br>детского питания                     | 421,06             | кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5                                          |
| Итого за Обед       |                                                                  |                    | кКал-634.97, Белки-22, Жиры-22.61, Угл-                                        |
| <b>Полдник у.</b>   |                                                                  |                    |                                                                                |
| 103                 | Каша 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                              |
| 200                 | Чай с сахаром                                                    | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| 25                  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 420,09             | кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75                                         |
| Итого за Полдник у. |                                                                  |                    | кКал-370.02, Белки-15.57, Жиры-14.41, Угл-                                     |
| Итого за день       |                                                                  |                    | кКал-1 351.24, Белки-47.85, Жиры-45.62, Угл-<br>187.08                         |





## Меню 3-7 НОВОЕ, 1ср

| Выход (г) | Наименование блюда | Номер<br>рецептуры | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|-----------|--------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|

### Завтрак1

|     |                                                     |        |                                               |
|-----|-----------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------|
| 134 | Каша овсяная "Геркулес"<br>молочная вязкая с маслом | 181,78 | кКал-173.67, Белки-5.24, Жиры-6.57, Угл-23.29 |
| 30  | Батон нарезной                                      | 4,04   | кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3        |
| 200 | Чай с сахаром                                       | 282,09 | кКал-27.93, Угл-6.99                          |

Итого за Завтрак1

кКал-273.6, Белки-7.64, Жиры-6.87, Угл-

### Завтрак2

|     |                                               |        |                                       |
|-----|-----------------------------------------------|--------|---------------------------------------|
| 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

### Обед

|     |                                                                  |        |                                                 |
|-----|------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------|
| 40  | Маринад овощной без томата                                       | 516,07 | кКал-53.63, Белки-0.63, Жиры-4.06, Угл-3.54     |
| 205 | Свекольник со сметаной                                           | 67,35  | кКал-100.86, Белки-2, Жиры-4.23, Угл-13.62      |
| 150 | Плов из мяса птицы                                               | 131,01 | кКал-356.62, Белки-14.33, Жиры-19.29, Угл-31.36 |
| 200 | Чай с сахаром                                                    | 282,09 | кКал-27.93, Угл-6.99                            |
| 25  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 420,09 | кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75          |
| 25  | Хлеб ржано-пшеничный для<br>детского питания                     | 421,06 | кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5           |

Итого за Обед

кКал-659.04, Белки-20.96, Жиры-28.08, Угл-

### Полдник у.

|     |                                                                  |        |                                              |
|-----|------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------|
| 50  | Булочка молочная                                                 | 273,45 | кКал-147.4, Белки-4.9, Жиры-1.36, Угл-28.9   |
| 25  | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского<br>питания | 420,09 | кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75       |
| 180 | Суп молочный с макаронными<br>изделиями                          | 76,54  | кКал-118.61, Белки-4.35, Жиры-4.14, Угл-15.8 |
| 200 | Чай с сахаром                                                    | 282,09 | кКал-27.93, Угл-6.99                         |

Итого за Полдник у.

кКал-358.94, Белки-11.25, Жиры-5.75, Угл-

Итого за день

кКал-1 369.58, Белки-43.05, Жиры-43.9, Угл-200.88



## Меню 3-7 НОВОЕ, 1вт

| Выход (г)                | Наименование блюда                                         | Номер<br>рецептуры | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак1</u></b>   |                                                            |                    |                                                                                |
| 134                      | Каша пшенная молочная вязкая с маслом                      | 470,03             | кКал-188.2, Белки-5.58, Жиры-5.97, Угл-27.89                                   |
| 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                                         |
| 200                      | Чай с сахаром                                              | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| Итого за Завтрак1        |                                                            |                    | кКал-316.13, Белки-10.08, Жиры-8.4, Угл-                                       |
| <b><u>Завтрак2</u></b>   |                                                            |                    |                                                                                |
| 200                      | Компот из свежих плодов                                    | 294,11             | кКал-55.13, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-13.27                                   |
| Итого за Завтрак2        |                                                            |                    | кКал-55.13, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-                                        |
| <b><u>Обед</u></b>       |                                                            |                    |                                                                                |
| 20                       | Свекла отварная                                            | 1,12               | кКал-10.75, Белки-0.38, Жиры-0.03, Угл-2.25                                    |
| 205                      | Рассольник с перловой крупой и сметаной                    | 54,04              | кКал-91.79, Белки-1.54, Жиры-4.97, Угл-10.15                                   |
| 70                       | Биточки мясные с томатным соусом п/ф                       | 445,49             | кКал-82.76, Белки-4.38, Жиры-5.68, Угл-3.49                                    |
| 130                      | Картофельное пюре                                          | 138,01             | кКал-138.52, Белки-3.27, Жиры-4.63, Угл-20.9                                   |
| 200                      | Чай с сахаром                                              | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| 30                       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 1,29               | кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5                                         |
| 30                       | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 1,2                | кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8                                         |
| Итого за Обед            |                                                            |                    | кКал-495.75, Белки-14.37, Жиры-15.91, Угл-                                     |
| <b><u>Полдник у.</u></b> |                                                            |                    |                                                                                |
| 103                      | Каша манная молочная вязкая с маслом                       | 7,04               | кКал-133.31, Белки-3.74, Жиры-3.97, Угл-20.52                                  |
| 60                       | Пудинг творожный со сгущенным молоком                      | 232,02             | кКал-132.28, Белки-9.07, Жиры-4.69, Угл-13.05                                  |
| 200                      | Чай с сахаром                                              | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| 25                       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 420,09             | кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75                                         |
| Итого за Полдник у.      |                                                            |                    | кКал-358.52, Белки-14.81, Жиры-8.91, Угл-                                      |
| Итого за день            |                                                            |                    | кКал-1 225.53, Белки-39.42, Жиры-33.38, Угл-191.84                             |

*Лис*



07.04.2025

## Меню 3-7 НОВОЕ, 1нн

| Выход (г)                | Наименование блюда                                         | Номер<br>рецептуры | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак1</u></b>   |                                                            |                    |                                                                                |
| 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                                    |
| 30                       | Батон нарезной                                             | 4,04               | кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3                                         |
| 200                      | Чай с сахаром                                              | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| Итого за Завтрак1        |                                                            |                    | кКал-333.34, Белки-6.24, Жиры-9.18, Угл-                                       |
| <b><u>Завтрак2</u></b>   |                                                            |                    |                                                                                |
| 180                      | Сок фруктовый                                              | 86,33              | кКал-82.8, Белки-0.9, Жиры-0.18, Угл-18.18                                     |
| Итого за Завтрак2        |                                                            |                    | кКал-82.8, Белки-0.9, Жиры-0.18, Угл-18.18                                     |
| <b><u>Обед</u></b>       |                                                            |                    |                                                                                |
| 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                                          |
| 205                      | Щи из свежей капусты со сметаной                           | 53,39              | кКал-74.96, Белки-1.64, Жиры-4.15, Угл-7.57                                    |
| 70                       | Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ)                              | 233,9              | кКал-167.18, Белки-9.39, Жиры-13.12, Угл-2.99                                  |
| 134                      | Каша гречневая вязкая с маслом                             | 175,11             | кКал-126.54, Белки-4.13, Жиры-3.97, Угл-18.61                                  |
| 200                      | Кисель плодово-ягодный                                     | 305,1              | кКал-34.75, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-8.77                                     |
| Итого за Обед            |                                                            |                    | кКал-523.43, Белки-19.26, Жиры-21.82, Угл-                                     |
| <b><u>Полдник у.</u></b> |                                                            |                    |                                                                                |
| 150                      | Макаронные изделия с тертым сыром                          | 211,48             | кКал-237.09, Белки-8.32, Жиры-7.81, Угл-33.21                                  |
| 200                      | Чай с сахаром                                              | 282,09             | кКал-27.93, Угл-6.99                                                           |
| 25                       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 420,09             | кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75                                         |
| Итого за Полдник у.      |                                                            |                    | кКал-330.02, Белки-10.32, Жиры-8.06, Угл-                                      |
| Итого за день            |                                                            |                    | кКал-1 269.59, Белки-36.72, Жиры-39.24, Угл-                                   |

