

Утверждаю

Заведующий

И.В. Жернакова

Меню на «02» июня 2025г. Утверждено приказом № «9 -ОД» от 09.01.2025г.

Вад 12 часов

Наименование блюда г	Вес блю д а г	Пищевые вещества			Витам. С мг	Энерг.ц. ккал	№ ре ц еп
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Каша перлоая рассыпчатая с маслом	120	8,86	5,98	44,70		268	165
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	1,43	107,00	397
Бутерброд с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	-	136,00	1
Сыр	13	3,48	4,43	-	0,11	54,00	7
Итого за завтрак	385	18,46	21,15	75,14	1,54	565,00	
2-завтрак Сок	101,3	0,30		16,30	2,00	68,33	399
Обед							
Суп карт. с горохом на м/бульоне	200	4,39	4,21	13,06	4,65	108,00	81
Гуляш из отварн.мяса (свинина)	120	15,42	14,74	3,96	0,60	189,00	277 354
Макароны отвар. с маслом	150	5,68	4,36	27,25	-	171,00	204
Кисель из повидла	180	0,07		20,05	0,06	81,00	383
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	-	69,40	511
Итого за обед	660	27,54	23,67	74,34	5,31	601,20	
Полдник							
Молоко кипячёное	180	5,48	4,88	9,07	2,46	80,54	400
Печенье	14	3,00	3,80	29,80	-	166,80	513
		0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Итого за полдник	230	8,48	8,68	38,87	2,46	247,34	
Ужин							
Капуста тушёная	120	3,10	4,86	14,15	25,76	112,76	336
Яйцо варёное	1 шт.	5,08	4,60	0,28	-	63,00	213
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	0,03	37,89	392
Хлеб пшенич.(батон)	40	3,16	0,40	19,32	-	94,00	512
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	-	69,40	511
Итого за ужин	450	13,38	10,24	53,23	25,79	359,8	
Итого за день	1855	68,16	63,74	257,88	37,10	1841,72	

Утверждаю

Заведующий

И.В. Жернакова

Меню на «02» июня 2025г. Утверждено приказом № «8- ОД» от 09.01.2025г.

Вад 12 часов

Наименование блюда г	Вес блю д а г	Пищевые вещества			Вит. С мг	Энер.це н. ккал	№ ре ц еп
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Каша перловая рассыпч. с маслом	100	7,20	4,86	36,31	-	217,75	165
Какао с молоком	150	3,05	2,65	13,18	1,13	86,16	397
Бутерброд с маслом	30/5	2,41	3,66	15,19	-	104,00	1
Сыр	10	2,32	2,95	-	0,07	36,00	7
Итого за завтрак	325	14,98	14,12	64,68	1,20	446,91	
2-завтрак Сок	101,3	0,5	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
Суп карт. с горохом на м/бульоне	180	3,95	3,80	11,76	4,19	97,11	81
Тефтели мясные (свинина) со смет.с.	80/40	8,87	9,83	11,71	0,85	171,00	286 354
Макароны отвар. с маслом	100	4,94	3,79	23,73	-	148,90	205
Кисель из повидла	150	0,07	-	16,71	0,01	67,11	383
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	6,68	-	34,80	511
Итого за обед	600	19,15	17,66	70,59	5,05	518,92	
Полдник							
Молоко кипячёное	160	4,56	4,07	7,56	2,05	85,00	400
Печенье	14	1,50	1,95	14,90	-	83,40	513
		0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Итого за полдник	190	6,06	6,02	26,46	2,05	168,40	
Ужин							
Капуста тушёная	120	2,47	3,88	11,31	20,60	90,15	336
Яйцо варёное	1 шт	5,08	4,60	0,28	-	63,00	213
Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,88	0,02	31,58	392
Хлеб пшенич (батон)	20	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Хлеб ржаной	20	2,64	0,48	13,36	-	69,60	511
Итого за ужин	380	12,61	9,28	47,32	20,62	324,83	
Итого за день	1555	53,30	47,08	215,15	30,92	1501,28	