

Утверждаю
Заведующий И.В.Жернакова
Меню на «06» июня 2025г. Утверждено приказом № 9 - ОД.от 09.01.2025г.

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							
Запеканка из творога	150	26,31	18,08	25,73	0,36	370,00	237
Соус молочный сладкий	40	0,23	0,03	8,51	1,03	34,65	351
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	1,17	91,00	395
Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	-	136,00	1
Итого за завтрак	430	31,84	28,07	61,22	2,56	631,65	
2-завтрак Сок	100	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
Суп картофельный с крупой на м/бул.	200	4,39	4,21	13,06	4,65	107,80	80
Капуста тушеная	120	3,10	4,86	14,15	25,76	112,76	336
Котлета мясная (свинина)	80	12,44	9,24	12,56	0,12	132,00	282
Компот из с/фруктов	180	0,40	0,02	25,02	0,36	101,80	376
Хлеб ржаной	39	2,64	0,48	13,36	-	69,40	511
Итого за обед	630	22,97	18,81	78,15	30,89	523,76	
Полдник							
Яблоко	120	0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Кефир	176,8	5,22	4,50	7,20	1,26	90,00	401
Плюшка	50	3,64	6,29	16,96	-	179,00	466
Итого за полдник	330	9,26	11,19	33,96	11,26	313,00	
Ужин							
Каша ячневая молочная	200	5,43	4,23	38,27	-	213,00	168
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	0,03	37,89	392
Хлеб пшеничн. (батон)	30	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Итого за ужин	420	7,86	4,55	62,22	0,03	321,39	
Итого за день	1900	72,43	62,52	247,65	46,74	1832,02	

Утверждаю
Заведующий И.В. Жернакова
Меню на «06» июня 2025г. Утверждено приказом «№ 8 – ОД» от 09.01.2025г.

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							
Запеканка из творога	120	17,54	12,05	17,15	0,24	247,00	237
Соус молочный сладкий	30	0,23	0,03	8,51	1,03	34,65	359
Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,00	11,96	0,98	75,83	395
Бутерброд с маслом	30/5	2,41	3,66	15,19	-	104,00	1
Итого за завтрак	335	22,55	17,74	52,81	2,25	461,48	
2-завтрак Сок	100	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
Суп картофельный с крупой на м/ бул.	180	3,95	3,80	11,76	4,19	97,11	81
Капуста тушеная	120	2,47	3,88	11,31	20,60	90,15	336
Котлета мясная (свинина)	80	7,05	7,91	5,83	0,07	123,00	281
Компот из с/фр.	150	0,33	0,01	20,85	0,30	84,83	376
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	6,68	-	34,80	511
Итого за обед	530	15,12	15,84	56,43	25,16	429,89	
Полдник							
Яблоко	110	0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Кефир	150	4,35	3,75	6,30	1,05	75,00	401
Плюшка	50	3,64	6,29	16,96	-	179,00	466
Итого за полдник	300	8,39	10,34	33,03	11,05	298,00	
Ужин							
Каша ячневая молочная	150	4,48	4,08	29,94	-	173,00	168
Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,88	0,02	31,58	392
Хлеб пшеничн.(батон)	20	1,58	0,20	9,66	-	47,00	512
Итого за ужин	320	6,11	4,30	47,48	0,02	251,58	
Итого за день	1585	52,67	48,22	199,85	40,48	1483,17	