

МЕНЮ 3
На «21» мая 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества				Энерг.	Витамин
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
	ЗАВТРАК	выход						
	Каша геркулесовая молочная с маслом	200/3	6,7	7,5	22	182		
	Чай с молоком, сахаром	180/5	2,6	2,3	14,3	89		
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Сок	125	0,9	0,08	22	91		
	ОБЕД							
	Помидоры свеж	50	0,55	6,1	1,9	12		
	Суп с рисовой крупой и картоф. с курицей	200/10	2,4	9	3,4	104		
	Соус мясной "Смак"	70	10,1	6,8	17	170		
	Макароны отварные	130	4,8	3,6	29,4	169		
	Компот из сухофруктов	180	0,18	0,1	25,9	89		
	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		
	ПОЛДНИК							
	Булочка Дорожная	50	3,55	5,91	30,1	188		
	Ряженка	110	3,19	2,75	4,62	59		
	яйцо вареное	48	5,1	4,6	0,3	63		
	Капуста тушеная (в сметанном соусе)	130	3,25	5,3	25,3	162		
	Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20		
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47		

поя медсестра: Мutowкина А.А.

МЕНЮ 3
На «21» мая 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ	Пищевые вещества				Энерг.	Витамин
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
	ЗАВТРАК	выход						
1	Каша геркулесовая молочная с маслом	150/3	5	5,5	14	126		
2	Чай с молоком, сахаром	160/4	2,3	2	11,9	74,8		
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок	125	0,6	0,3	13	57		
	ОБЕД							
1	Помидоры свеж	30	0,42	0,06	1,37	9		
2	Суп с рисовой крупой и картоф. с курицей	150/10	2	6,8	3	82		
3	Соус мясной "Смак"	50	7,21	4,86	12,14	121,43		
4	Макароны отварные	110	4,06	3,05	25	143,3		
5	Компот из сухофруктов	150	0,15	0,1	21,5	87		
6	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
	ПОЛДНИК							
1	Булочка Дорожная	40	2,84	4,73	23,8	150,4		
2	Ряженка	100	3	2,5	4,2	55,6		
3	яйцо вареное	1/2 шт	2,5	2,3	0,15	31,5		
4	Капуста тушеная (в сметанном соусе)	110	2,75	4,48	21,41	137		
5	Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18		
6	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,8	47		

Старшая медсестра: Мutowкина А.А.