

Меню за 27 января 2025 г.

Понедельник

Завтрак

	<i>КСТ</i>	<i>СЛД</i>
<i>Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом</i>	<i>160</i>	<i>200</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>160</i>	<i>180</i>
<i>Бутиерброд с маслом/40</i>	<i>30</i>	<i>40</i>
<i>Сок фруктовый</i>	<i>150</i>	<i>180</i>

Обед

<i>Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками</i>	<i>160</i>	<i>200</i>
<i>Котлеты «Улыбка»</i>	<i>70</i>	<i>80</i>
<i>Кашка пшеничная</i>	<i>120</i>	<i>150</i>
<i>Овощи из горошка зеленого консервированного</i>	<i>30</i>	<i>50</i>
<i>Хлеб ржачий</i>	<i>30</i>	<i>37,5</i>
<i>Компот из апельсинов</i>	<i>160</i>	<i>180</i>

Полдник

<i>Молочек</i>	<i>75</i>	<i>85</i>
<i>Сок фруктовый</i>	<i>15</i>	<i>15</i>
<i>Чай с лимоном</i>	<i>150</i>	<i>180</i>

*Наименование
показателей*

	<i>КСТ</i>	<i>СЛД</i>
<i>Белки, г</i>	<i>52</i>	<i>69</i>
<i>Жиры, г</i>	<i>45</i>	<i>60</i>
<i>Углеводы, г</i>	<i>183</i>	<i>230</i>
<i>Калорийность(ккал)</i>	<i>1500</i>	<i>1700</i>

Меню за 28 января 2025 г.

Вторник

Завтрак

	<i>ЖСН</i>	<i>СЛД</i>
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	<i>160</i>	<i>180</i>
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	<i>160</i>	<i>180</i>
<i>Бутиерброд с сыром/30</i>	<i>30</i>	<i>30/15</i>

Обед

<i>Шш из свежей капусты и картофелем (на м/к бульоне со сметаной)</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Шницель рубленый</i>	<i>50</i>	<i>70</i>
<i>Каша рисовая рассычатая</i>	<i>110</i>	<i>130</i>
<i>Жура свекольная</i>	<i>30</i>	<i>50</i>
<i>Компот из свежих фруктов</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Хлеб ржачий</i>	<i>30</i>	<i>37,5</i>

Полдник

<i>Омлет натуральный</i>	<i>130</i>	<i>150</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Хлеб пшеничный/20</i>	<i>15</i>	<i>20</i>

*Наименование
показателей*

	<i>ЖСН</i>	<i>СЛД</i>
<i>Белки, г</i>	<i>52</i>	<i>69</i>
<i>Жиры, г</i>	<i>45</i>	<i>60</i>
<i>Углеводы, г</i>	<i>183</i>	<i>230</i>
<i>Калорийность(ккал)</i>	<i>1500</i>	<i>1700</i>

Меню за 29 января 2025 г.

Среда

Завтрак

	<i>ЖСН</i>	<i>СЛО</i>
<i>Каша вязкая "Дружба"</i>	<i>160</i>	<i>170</i>
<i>Чай с молоком</i>	<i>160</i>	<i>180</i>
<i>Бутиерброд с повидлом</i>	<i>41</i>	<i>37,5/3,5/13</i>
<i>Банан</i>	<i>1 шт.</i>	<i>1 шт.</i>

Обед

<i>Икра из моркови</i>	<i>30</i>	<i>50</i>
<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Котлеты рубленные из птицы</i>	<i>60</i>	<i>70</i>
<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	<i>110</i>	<i>130</i>
<i>Компот из свежих яблок</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Хлеб ржачий</i>	<i>30</i>	<i>38</i>

Полдник

<i>Пирожок печеный с морковью и яйцом</i>	<i>60</i>	<i>75</i>
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	<i>150</i>	<i>180</i>

*Наименование
показателей*

	<i>ЖСН</i>	<i>СЛО</i>
<i>Белки, г</i>	<i>52</i>	<i>69</i>
<i>Жиры, г</i>	<i>45</i>	<i>60</i>
<i>Углеводы, г</i>	<i>183</i>	<i>230</i>
<i>Калорийность(ккал)</i>	<i>1500</i>	<i>1700</i>

Меню за 30 января 2025 г.

Четверг

Завтрак

	<i>ЖСН</i>	<i>СЛД</i>
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Какао с молоком</i>	<i>160</i>	<i>200</i>
<i>Бутиерброд с маслом</i>		
<i>Йогурт питьевой фруктовый</i>		

Обед

<i>Суп картофельный с рыбой</i>	<i>160</i>	<i>180</i>
<i>Рыба отварная</i>	<i>60</i>	<i>80</i>
<i>Салат из овощей</i>	<i>120</i>	<i>150</i>
<i>Огурец соевый</i>	<i>30</i>	<i>50</i>
<i>Компот из изюма</i>	<i>160</i>	<i>200</i>
<i>Хлеб ржачий</i>		

Полдник

<i>Сырники из творога</i>	<i>80</i>	<i>100</i>
<i>Суп молочный сладкий</i>	<i>30</i>	<i>30</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>150</i>	<i>180</i>

*Наименование
показателей*

	<i>ЖСН</i>	<i>СЛД</i>
<i>Белки, г</i>	<i>52</i>	<i>69</i>
<i>Жиры, г</i>	<i>45</i>	<i>60</i>
<i>Углеводы, г</i>	<i>183</i>	<i>230</i>
<i>Калорийность(ккал)</i>	<i>1500</i>	<i>1700</i>

Меню за 31 января 2025 г.

Пятница

Завтрак

	ЖСН	СЛД
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	150	200
<i>Бутиерброд с сыром</i>	43	55
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	160	190
Биоцидок		

Обед

<i>Рисовый суп "Ленинградский" со сметаной</i>	150	180
<i>Гуляш из отварного мяса</i>	50	70
<i>Пюре картофельное</i>	110	130
<i>Жура свекровая</i>	50	50
<i>Чай с лимоном</i>	150	180
<i>Хлеб ржачий</i>		

Полдник

<i>Булочка домашняя</i>	60	60
<i>Сок фруктовый/200</i>		

**Наименование
показателей**

	ЖСН	СЛД
Белки, г	52	69
Жиры, г	45	60
Углеводы, г	183	230
Калорийность(ккал)	1500	1700