



# МЕНЮ

(4 неделя, 3 день)

Дата 06.05.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	
				Б		Ж		У		я	с
		я	с	я	с	я	с	я	с		
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	160/3	180/5	3,94	4,42	4,16	6,17	19,09	21,6	130,34	155,82
	Бутерброд с повидлом	30/8	37,5/13	2,25	1,96	0,18	3,09	19,72	21,9	89,53	123,26
	Чай с молоком	170	200	1,92	2,24	1,36	1,6	7,72	9,76	50,2	61,69
II Завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	150	180	0,52	0,63	0,52	0,63	12,93	15,52	62,04	74,45
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150/5	180	3,07	3,68	3,38	4,01	8,98	10,78	78,75	94,5
	Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	50	70	6,05	8,49	8,7	12,18	4,93	6,9	122,5	171,5
	Икра морковная	50	50	1,1	1,1	4	4	5,58	5,58	64,5	64,5
	Макаронные изделия отварные	110	130	4,18	4,94	0,55	0,65	22,88	27,04	113,7	134,42
	Компот из апельсинов	150	180	0,26	0,31	0,06	0,07	15,43	18,51	64,77	77,72
	Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	2	2,5	0,3	0,37	12,06	15,08	57,04	71,3
Полдник	Пирожок печёный с морковью и яйцом	60	70	3,9	4,55	2,7	3,15	22,8	26,6	132,0	154,0
	Компот из изюма	150	180	0,24	0,29	0,06	0,07	14,98	17,97	61,78	74,13
<b>ИТОГО</b>		<b>1256,0</b>	<b>1514,5</b>	<b>29,43</b>	<b>35,11</b>	<b>25,97</b>	<b>35,99</b>	<b>167,10</b>	<b>197,24</b>	<b>1027,15</b>	<b>1257,29</b>