



# МЕНЮ

(3 неделя, 5 день)

Дата 29.08.2025

| 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    | Суп молочный с макаронными изделиями                  | 160         | 180         | 4,54                 | 5,11  | 4,16  | 4,68 | 15,04  | 16,92 | 116,16                         | 130,68 |
|            | Какао с молоком                                       | 160         | 180         | 3,36                 | 3,67  | 2,89  | 3,19 | 13,82  | 15,82 | 94,93                          | 107    |
|            | Бутерброд с повидлом                                  | 30/8/2,5    | 37,5/13/3,5 | 1,48                 | 1,96  | 2,32  | 3,09 | 16,47  | 21,9  | 92,75                          | 123,26 |
|            |                                                       |             |             |                      |       |       |      |        |       |                                |        |
| II Завтрак | Плоды свежие (груша)                                  | 150         | 170         | 0,6                  | 0,68  | 0,6   | 0,68 | 15,45  | 17,51 | 70,5                           | 76,2   |
|            |                                                       |             |             |                      |       |       |      |        |       |                                |        |
| Обед       | Огурцы свежие                                         | 30          | 60          | 0,2                  | 0,5   | 0,1   | 0,1  | 1,2    | 1,5   | 4,2                            | 8,4    |
|            | Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной | 150         | 200         | 3,24                 | 4,32  | 3,5   | 4,67 | 11,3   | 15,06 | 89,7                           | 119,6  |
|            | Жаркое подомашнему                                    | 160         | 190         | 19,47                | 23,14 | 5,02  | 5,96 | 17,41  | 20,68 | 192,96                         | 229,11 |
|            | Компот из кураги                                      | 160         | 200         | 0,8                  | 1     | 0,08  | 0,1  | 12,56  | 15,7  | 53,52                          | 66,9   |
|            | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 30          | 37,5        | 2                    | 2,5   | 0,3   | 0,37 | 12,1   | 15,08 | 57,04                          | 71,1   |
|            | Хлеб пшеничный                                        | 30          | 30          | 2,25                 | 2,25  | 0,15  | 0,15 | 15     | 15    | 71,1                           | 71,1   |
|            |                                                       |             |             |                      |       |       |      |        |       |                                |        |
| Полдник    | Пирожок печеный с капустой и яйцом                    | 60          | 70          | 4,52                 | 5,25  | 5,23  | 7,31 | 20,78  | 24,24 | 159,8                          | 186,37 |
|            | Сок в ассортименте                                    | 150         | 180         | 0,75                 | 0,9   | 0     | 0    | 15,15  | 18,18 | 64                             | 76     |
|            |                                                       |             |             |                      |       |       |      |        |       |                                |        |
| ИТОГО      |                                                       | 1280,5      | 1551,5      | 43,21                | 51,28 | 24,35 | 30,3 | 166,28 | 197,5 | 1066,66                        | 1280,5 |