



МЕНЮ

(4 неделя, 4 день)

Дата 07.08.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическа я 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
	Бутерброд с маслом	30/3	37,5/5	2,02	2,54	3,87	3,52	12,13	12,61	91,33	93,5
	Какао с молоком	160	200	3,36	4,08	2,9	3,54	13,82	17,58	95	118,89
II Завтрак	Йогурт питьевой фруктовый	120	150	3,48	4,35	3,84	4,8	4,8	6,0	68,4	88,5
	Суп картофельный с рыбой	160	180	17,95	20,19	4,98	5,68	12,96	14,58	169,3	190,53
	Рыба отварная	60	80	10,6	14,13	0,41	0,55	0,35	0,62	48	64
	Рагу из овощей	120	150	1,92	2,42	10,25	12,81	10,8	13,5	142,9	178,61
	Огурец соленый	30	50	0,24	0,4	0	0	0,73	1,22	4,2	7,0
	Компот из сушеных фруктов-изюма	160	200	0,12	0,15	0,1	0,13	28,96	36,2	78,4	98
	Хлеб ржано- пшеничный	35	37,5	2,33	2,5	0,35	0,37	14,07	15,08	66,55	71,3
Полдник	Сырники из творога	80	100	14,95	18,68	10,13	12,67	9,12	11,4	187,2	234,0
	Соус молочный сладкий	30	30	0,57	0,57	1,35	1,35	3,9	3,9	30,45	30,45
	Чай с сахаром	150	180	0,04	0,04	0,01	0,01	6,99	8,38	28	33,6
ИТОГО		1298	1580	62,12	75,16	42,35	50,11	133,67	157,99	1125,89	1339,06