

## МЕНЮ НА 30.03.26

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	185/5	6,06	6,98	25,68	204,11
	Бутерброд с маслом	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,3	37,3
		<b>430</b>	<b>8,80</b>	<b>11,34</b>	<b>52,58</b>	<b>361,70</b>
2 завтрак	Сок в ассортименте	180	0,2	0	17,1	72
		<b>180</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>17,1</b>	<b>72</b>
Обед	Огурец соленый	50	0,4	0	1,2	7
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200	3,13	5,34	12,98	113,47
	Котлета "Улыбка"	80	3,2	9,2	6,5	154,6
	Рагу из овощей	140	2,27	12,15	12,78	169,4
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,78	113
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
		<b>707,5</b>	<b>11,9</b>	<b>27,08</b>	<b>76,32</b>	<b>628,77</b>
Полдник	Манник	85	4,54	4,84	40,54	216,3
	Соус молочный сладкий	15	0,27	0,66	1,95	15,21
	Чай с лимоном	180	0,08	0,01	8,52	34,8
		<b>280</b>	<b>4,89</b>	<b>5,51</b>	<b>51,01</b>	<b>266,31</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1597,5</b>	<b>25,8</b>	<b>43,9</b>	<b>197,0</b>	<b>1328,8</b>

## МЕНЮ НА 31.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша жидкая молочная манная	165/5	4,25	5,33	54,49	149,94
	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	60,68
	Хлеб пшеничный	35	2,62	0,17	17,5	82,95
	Кофейный напиток с молоком	200	3,15	2,59	12,87	87,11
		<b>445</b>	<b>15,10</b>	<b>12,69</b>	<b>85,14</b>	<b>380,68</b>
2 завтрак	Кисломолочный продукт	130	4,35	4,8	16	66,84
	Печенье сахарное	20	1,5	1,96	14,88	83,4
		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>4,80</b>	<b>16,00</b>	<b>150,24</b>
Обед	Икра свекольная	50	1,19	2,49	6,22	52,52
	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	180	4	3,8	11,7	96,7
	Рулет с луком и яйцом	80	10,10	11,13	7,27	169,54
	Картофельное пюре	140	2,92	4,9	19,9	135,95
	Напиток из шиповника	180	0,49	0,2	16,71	80,02
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
		<b>667,50</b>	<b>21,20</b>	<b>22,89</b>	<b>76,88</b>	<b>606,03</b>
Полдник	Запеканка из творога с рисом	100	8,1	7,5	15	165,5
	Соус фруктовый	50	0,47	0,03	6,7	28,8
	Сок в ассортименте	180	0,9	0	18,18	76
		<b>330,00</b>	<b>9,47</b>	<b>7,53</b>	<b>39,88</b>	<b>270,30</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1592,50</b>	<b>50,12</b>	<b>47,91</b>	<b>217,90</b>	<b>1407,25</b>

## МЕНЮ НА 01.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	180/5	6,07	7,87	25,4	185,96
	Бутерброд с повидлом	37,5/13	1,96	3,09	21,9	123,26
	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,3	37,3
		<b>435,5</b>	<b>8,07</b>	<b>10,97</b>	<b>56,60</b>	<b>346,52</b>
2 завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,22	3,64	5,82	77,12
		<b>150</b>	<b>4,22</b>	<b>3,64</b>	<b>5,82</b>	<b>77,12</b>
Обед	Капуста тушеная	50	0,99	1,86	4,7	39,5
	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	200	4,2	6	22,93	136,27
	Котлеты рубленые из птицы	70	11,1	10,66	10,36	182
	Макаронные изделия отварные	130	4,94	0,65	22,04	134,42
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	180	0,14	0,12	21,7	88,2
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
		<b>667,50</b>	<b>23,87</b>	<b>19,66</b>	<b>96,81</b>	<b>651,69</b>
Полдник	Булочка домашняя	80	4,8	6,4	23,2	188,9
	Молоко кипяченое	180	5,06	4,37	8,38	94,28
		<b>260</b>	<b>9,86</b>	<b>10,77</b>	<b>31,58</b>	<b>283,18</b>
Итого за день		<b>1513,00</b>	<b>46,02</b>	<b>45,04</b>	<b>190,81</b>	<b>1358,51</b>

## МЕНЮ НА 02.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			б	ж	у	
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	180/5	4,42	6,7	21,6	155,82
	Бутерброд с маслом	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
	Кофейный напиток с молоком	200	3,15	2,59	12,87	87,11
		<b>425</b>	<b>10,27</b>	<b>13,64</b>	<b>52,07</b>	<b>363,22</b>
2 завтрак	Фрукты свежие	180	0,63	0,63	15,52	74,45
		<b>180</b>	<b>0,63</b>	<b>0,63</b>	<b>15,52</b>	<b>74,45</b>
Обед	Икра морковная	50	1,1	2,3	5,43	46,85
	Суп картофельный с рыбой	180	20,19	5,68	14,58	190,53
	Рыба, тушеная с овощами	80	7,66	3,85	2,2	74
	Каша рисовая рассыпчатая	130	3,12	5,2	31,85	189,8
	Компот из кураги	180	0,14	0,12	21,72	101,7
	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,33	0,34	14,07	66,54
		<b>675,00</b>	<b>34,44</b>	<b>17,38</b>	<b>77,43</b>	<b>669,42</b>
Полдник	Омлет натуральный с маслом	150	13,50	12,80	10,25	233,50
	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,3	37,3
		<b>330</b>	<b>13,64</b>	<b>12,92</b>	<b>31,97</b>	<b>270,80</b>
Итого за день		<b>1610,00</b>	<b>58,98</b>	<b>44,57</b>	<b>176,99</b>	<b>1377,89</b>

## МЕНЮ НА 03.04.2026

Прием пищи 03.04.26	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,11	4,68	16,92	130,68
	Бутерброд с сыром	30/15	5,77	4,62	15,05	125,65
	Какао с молоком	200	3,87	3,13	13,18	95,71
		<b>425</b>	<b>14,75</b>	<b>12,43</b>	<b>45,15</b>	<b>352,04</b>
2 завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,22	3,64	5,82	77,12
		<b>150</b>	<b>4,22</b>	<b>3,64</b>	<b>5,82</b>	<b>77,12</b>
Обед	Свекла отварная	50	3,25	2,56	4,4	23,5
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	200	4,32	4,67	15,06	119,6
	Биточки рубленые	80	12,44	9,24	12,56	183
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,83	4,9	31,29	142,17
	Компот из яблок	180	0,14	0,14	13,5	54,82
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
		<b>677,50</b>	<b>30,48</b>	<b>21,88</b>	<b>91,89</b>	<b>594,39</b>
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	70	5,25	7,31	24,24	186,37
	Сок в ассортименте	180	0,9	0	18,18	76
		<b>250</b>	<b>6,15</b>	<b>7,31</b>	<b>42,42</b>	<b>262,37</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1502,5</b>	<b>55,6</b>	<b>45,3</b>	<b>185,3</b>	<b>1285,9</b>