

# МЕНЮ

## 22.11.2025 суббота



| Наименование                               | Энерг. цен.  | Б             | Ж             | У             | С            | Вес (г)   |
|--------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-----------|
| <b>Завтрак</b>                             | <b>535</b>   | <b>16,76</b>  | <b>19,00</b>  | <b>74,04</b>  |              |           |
| Суп молочный с крупой (с гречневой крупой) | 200          | 7,40          | 8,30          | 23,80         |              | 250       |
| Масло сливочное (порциями)                 | 71           | 0,07          | 7,80          | 0,10          |              | 10        |
| Чай с молоком                              | 85           | 1,30          | 1,49          | 16,47         |              | 150/50/15 |
| Хлеб пшеничный                             | 179          | 7,99          | 1,41          | 33,67         |              | 100       |
| <b>Второй завтрак</b>                      | <b>338</b>   | <b>21,96</b>  | <b>17,02</b>  | <b>24,33</b>  | <b>0,19</b>  |           |
| Ряженка                                    | 110          | 5,60          | 6,40          | 7,60          |              | 200       |
| Пудинг из творога                          | 228          | 16,36         | 10,62         | 16,73         | 0,19         | 135       |
| <b>Обед</b>                                | <b>1 278</b> | <b>43,94</b>  | <b>40,33</b>  | <b>183,60</b> | <b>14,40</b> |           |
| Каша рассыпчатая рисовая с маслом          | 326          | 4,80          | 12,00         | 47,60         |              | 200       |
| Суп картофельный с бобовыми                | 200          | 7,44          | 6,72          | 26,76         |              | 300       |
| Хлеб ржаной                                | 289          | 11,55         | 2,10          | 56,10         |              | 150       |
| Гуляш из отварной говядины                 | 131          | 15,10         | 6,40          | 3,30          |              | 100       |
| Сметана                                    | 41           | 0,50          | 4,00          | 0,70          |              | 20        |
| компот из смеси сухофруктов                | 126          | 1,20          |               | 31,60         |              | 200       |
| Винегрет овощной                           | 165          | 3,35          | 9,11          | 17,54         | 14,40        | 100       |
| <b>Полдник</b>                             | <b>94</b>    | <b>0,80</b>   |               | <b>22,60</b>  | <b>4,00</b>  |           |
| Сок яблочный                               | 94           | 0,80          |               | 22,60         | 4,00         | 200       |
| <b>Ужин</b>                                | <b>717</b>   | <b>22,91</b>  | <b>27,04</b>  | <b>94,47</b>  | <b>0,53</b>  |           |
| Сыр (порциями)                             | 116          | 7,47          | 9,54          |               | 0,45         | 30        |
| Масло сливочное (порциями)                 | 71           | 0,07          | 7,80          | 0,10          |              | 10        |
| Макаронные изделия отварные с маслом       | 294          | 7,00          | 8,20          | 47,00         |              | 200       |
| Чай с сахаром                              | 57           | 0,38          | 0,09          | 13,70         | 0,08         | 200       |
| Хлеб пшеничный                             | 179          | 7,99          | 1,41          | 33,67         |              | 100       |
| <b>Итого за день:</b>                      | <b>2 962</b> | <b>106,37</b> | <b>103,39</b> | <b>399,04</b> | <b>19,12</b> |           |

Составитель медицинская сестра

(должность)

  
(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)