

31 июля 2026 г.

Меню САД ОВЗ 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			

Завтрак

1.52	0.58	13.72	66	20/10	Бутерброд с повидлом	4-92
4.2	4.73	14.8	118	150	Суп молочный с макаронными изд.	11-86
0.24	0.06	6.52	26	180	Чай с лимоном и сахаром	2-40
6	5	35	210			19-18

завтрак2

1	0	18.2	76	.200/шт Сок фруктовый	28=
1	0	18	76		28=

Обед

0.46	5.08	3.67	62	050	Салат из моркови и яблок	5-68
4.22	3.98	14.36	110	.180/20	Суп картофельный с горохом и фрикадельк	25-44
8.72	7.88	42.91	282	.150	Каша гречневая рассыпчатая	8-02
1.52	0.18	9.68	46	0.020	Хлеб пшеничный	1-56
1.42	0.2	9.22	45	0.020	Хлеб "Урожайный"	1-29
8.87	5.92	5.09	122	.070	Котлета из грудки кур	20-03
0.14	0.14	9.82	40	.180	Компот из свежих яблок	6-74
0.25	0.62	1.93	14	.030	Соус красный основной	0-59
26	24	97	721			69-35

Полдник

3.4	4.78	30.33	177	0.05	Булочка " Российская "	3-48
5.04	5.76	7.38	106	.200	Кефир	22-79
8	11	38	283			26-27

УЖИН

2.37	0.47	19.37	95	150	Картофель отварной	9-33
7.22	1.4	4.62	60	.070	Биточки рыбная (минтай)	18-01
1.52	0.18	9.68	46	0.020	Хлеб пшеничный	1-56
1.42	0.2	9.22	45	0.020	Хлеб "Урожайный"	1-29
0.22	0.09	7.39	29	.180	Чай с яблоком и сахаром	2-74
0.63	0	11.38	47	.125/шт	Пюре фруктовое	35=
0.39	3.77	1.49	41	.030	Соус сметанный с томатом	2-81
14	6	63	363			70-74

4.0 Руководитель

Зав.производством

Калькулятор

Абдрахманова АА

31 июля 2026 г.

Меню САД 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость
Белки	Жиры	Углевод	ККал			питания
Завтрак						
1.52	0.58	13.72	66	20/5	Бутерброд с повидлом	4-04
4.2	4.73	14.8	118	150	Суп молочный с макаронными изд.	11-86
0.24	0.06	6.52	26	180	Чай с лимоном и сахаром	2-40
6	5	35	210			18-30
завтрак2						
0.4	0	9.49	13	100	Напиток из шиповника	3-39
0	0	9	13			3-39
Обед						
0.46	5.08	3.67	62	50	Салат из моркови и яблок	5-68
8.00	20.66	59.00	460	180	Суп картофельный с горохом	4-19
5.82	5.26	28.61	188	100	Каша гречневая рассыпчатая	5-35
8.87	5.92	5.09	122	50	Котлета из грудки кур	14-31
0.25	0.62	1.93	14	30	Соус красный основной	0-59
1.52	0.18	9.68	46	20	Хлеб пшеничный	1-56
1.42	0.2	9.22	45	20	Хлеб "Урожайный"	1-29
0.14	0.14	9.82	40	180	Компот из свежих яблок	6-74
26	38	127	977			39-71
Полдник						
3.4	4.78	30.33	177	50	Булочка " Российская "	3-48
5.04	5.76	7.38	106	180	Кефир	20-51
8	11	38	283			23-99
ужин						
2.97	0.59	24.21	119	150	Картофель отварной	9-33
7.22	1.4	4.62	60	50	Биточки рыбная (минтай)	12-86
1.52	0.18	9.68	46	20	Хлеб пшеничный	1-56
0.71	0.1	4.61	22	10	Хлеб "Урожайный"	0-65
0.22	0.09	7.39	29	180	Чай с яблоком и сахаром	2-74
0.39	3.77	1.49	41	30	Соус сметанный с томатом	2-81
13	6	52	317			29-95

И.О. Руководитель _____

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Абдрахманова АА



31 июля 2026 г.

Меню ЯСЛИ 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			
<u>Завтрак</u>						
1.52	0.58	13.72	66	20/5	Бутерброд с повидлом	4-04
3.64	4.11	12.84	103	130	Суп молочный с макаронными изд.	10-28
0.2	0.05	5.43	22	150	Чай с лимоном и сахаром	2=
5	5	32	191			16-32
<u>завтрак2</u>						
0.4	0	9.49	13	.100	Напиток из шиповника	3-39
0	0	9	13			3-39
<u>Обед</u>						
0.28	3.06	2.2	37	030	Салат из моркови и яблок	3-41
0.32	14.00	17.60	196	.150	Суп картофельный с горохом	3-49
5.82	5.26	28.61	188	.100	Каша гречневая рассыпчатая	5-35
0.71	0.1	4.61	22	0.010	Хлеб "Урожайный"	0-65
1.52	0.18	9.68	46	0.020	Хлеб пшеничный	1-56
8.87	5.92	5.09	122	.050	Котлета из грудки кур	14-31
0.12	0.12	8.18	33	.150	Компот из свежих яблок	5-62
0.17	0.41	1.3	10	.020	Соус красный основной	0-39
18	29	77	654			34-78
<u>Полдник</u>						
3.4	4.78	30.33	177	0.05	Булочка " Российская "	3-48
3.36	3.84	4.92	71	.120	Кефир	13-68
7	9	35	248			17-16
<u>ужин</u>						
2.97	0.59	24.21	119	150	Картофель отварной	9-33
7.22	1.4	4.62	60	.050	Биточки рыбная (минтай)	12-86
1.52	0.18	9.68	46	0.020	Хлеб пшеничный	1-56
0.71	0.1	4.61	22	0.010	Хлеб "Урожайный"	0-65
0.15	0.06	4.92	19	.120	Чай с яблоком и сахаром	1-83
0.26	2.51	0.99	28	.020	Соус сметанный с томатом	1-87
13	5	49	294			28-10

И.О. Руководитель

Зав. производством

Калькулятор



Абдрахманова АА