

29 июля 2026 г.

Меню САД ОВЗ 3 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость
Белки	Жиры	Углевод	ККал			питания
<u>Завтрак</u>						
3.8	3.48	10.28	89	20/10	Бутерброд с сыром	12-22
6.53	9.93	30.97	240	150	Каша жидкая молочная пшениная	15-10
0.18	0	9.91	37	.180	Чай с сахаром	0-86
11	13	51	366			28-18

завтрак2

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

Обед

1.07	3.29	5.22	54	.050	Салат картофель. с морковью и зел.горошком	4-88
2.78	5.07	15.29	120	.180/5/20	Суп "Кудрявый" со сметаной и фрикадельк	28-19
3.49	7.08	18.84	139	.150	Капуста тушеная	10-04
4.65	11.13	4.53	136	0.05	Биточки по-Московски	32-32
1.42	0.2	9.22	45	0.020	Хлеб "Урожайный"	1-29
1.52	0.18	9.68	46	0.020	Хлеб пшеничный	1-56
0.49	0	16.32	69	.180	Компот из смеси сухофруктов	4-69
15	27	79	609			82-97

Полдник

4.39	7.21	30.08	203	.050	Крендель сахарный	9-52
5.04	5.76	7.38	106	.200	Кефир	22-79
9	13	37	309			32-31

УЖСИН

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
0.32	0	18.17	71	180	Компот из изюма	5-06
0.76	1.72	4.9	37	.030	Соус молочный сладкий	3-43
18.8	27.06	34.18	455	.150	Пудинг творожный запеченный	38-95
23	29	76	654			50-29

4.0 Руководитель

Зав.производством

Калькулятор

Абдрахманова АА

Меню САД 3 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость
Белки	Жиры	Углевы	ККал	питания		
<u>Завтрак</u>						
2.65	2.03	10.28	71	20/5	Бутерброд с сыром	7-69
6.53	9.93	30.97	240	150	Каша жидкая молочная пшенная	15-10
0.18	0	9.91	37	180	Чай с сахаром	0-86
9	12	51	348			23-65
<u>завтрак2</u>						
0	0	9.98	38	100	Напиток из свежемороженных ягод	6-01
0	0	10	38			6-01
<u>Обед</u>						
1.07	3.29	5.22	54	50	Салат картоф. с морковью и зел.горошком	4-88
2.78	5.07	15.29	120	.180/5	Суп "Кудрявый" со сметаной	6-94
2.5	2.92	9.75	76	100	Капуста тушеная	6-69
4.65	11.13	4.53	136	50	Биточки по-Московски	32-32
1.42	0.2	9.22	45	20	Хлеб "Урожайный"	1-29
1.52	0.18	9.68	46	20	Хлеб пшеничный	1-56
0.49	0	16.32	69	180	Компот из смеси сухофруктов	4-69
14	23	70	546			58-37
<u>Полдник</u>						
4.39	7.21	30.08	203	50	Крендель сахарный	9-52
5.04	5.76	7.38	106	180	Кефир	20-51
9	13	37	309			30-03
<u>ужин</u>						
1.52	0.18	9.68	46	20	Хлеб пшеничный	1-56
0.71	0.1	4.61	22	10	Хлеб "Урожайный"	0-65
0.32	0	18.17	71	180	Компот из изюма	5-06
0.76	1.72	4.9	37	30	Соус молочный сладкий	3-43
18.64	10.90	59	395	150	Пудинг творожный запеченный	38-95
22	13	93	559			49-65

4.0 Руководитель

Зав. производством

Калькулятор

Абдрахманова АА



29 июля 2026 г.

Меню ЯСЛИ 3 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			
<u>Завтрак</u>						
2.65	2.03	10.28	71	20/5	Бутерброд с сыром	7-69
5.66	8.59	26.83	209	130	Каша жидкая молочная пшенная	13-09
0.15	0	5.27	20	.150	Чай с сахаром	0-72
8	11	42	300			21-50
<u>завтрак2</u>						
0	0	9.98	38	.100	Напиток из свежемороженых ягод	6-01
0	0	10	38			6-01
<u>Обед</u>						
0.61	1.94	3.13	33	.030	Салат картоф. с морковью и	2-93
2.32	4.22	12.74	100	.150/5	Суп "Кудрявый" со сметаной	6-03
2.5	2.92	9.75	76	.100	Капуста тушеная	6-69
4.65	11.13	4.53	136	0.05	Биточки по-Московски	32-32
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
0.41	0	13.6	57	.150	Компот из смеси сухофруктов	3-91
13	20	58	470			54-09
<u>Полдник</u>						
4.39	7.21	30.08	203	.050	Крендель сахарный	9-52
3.36	3.84	4.92	71	.120	Кефир	13-68
8	11	35	274			23-20
<u>ужин</u>						
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
0.22	0	12.11	47	120	Компот из изюма	3-37
0.5	1.15	3.27	26	.020	Соус молочный сладкий	2-29
10.70	3.55	27.93	177	.120	Пудинг творожный запеченный	31-16
14	5	58	318			39-03

40 Руководитель

Зав. производством

Калькулятор

