

Утверждаю:



И.П. Суханов С.Г.

Согласовано:

Вяткина Г.Т.

Отд./корп

День

3 среда

Меню по возрастам, согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20

17.06.2026

Прием пищи	Наименование блюд	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	Каша молочная пшеничная	200	259,99	6,08	8,30	40,25
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	27,08	0,11	0,00	6,67
	Бутерброд с маслом, сыром (батон, масло сливочное, сыр)	50	157,61	3,33	5,07	15,69
Обед	Закуска порционная (икра кабачковая)	50	0,40	0,05	0,85	6,47
	Суп геркулесовый (Картофель, морковь, масло сливочное, соль, геркулес)	180	192,80	4,46	7,94	25,84
	Гуляш из свинины (свинина, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, томатная паста, соль)	60	212,71	8,12	5,87	1,55
	Каша перловая	150	180,38	2,88	4,01	29,15
	Компот из кураги с черносливом (курага, чернослив, сахар)	180	46,44	0,00	0,00	11,62
	Хлеб Украинский	20	39,57	1,29	0,17	8,22
Полдник	Банан	100	47,00	0,40	0,40	9,80
Ужин	Тефтели рыбные	150	204,74	14,33	12,36	8,91
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	27,08	0,11	0,00	6,67
	Хлеб пшеничный (йодированный)	60	137,83	4,44	0,36	29,52
Ужин 2	Чай (чай-заварка)	200	4,80	0,39	0,00	0,81
	Вафли	30	80,68	3,68	15,00	2,48