



Утверждаю:

ИП Суханов С.Г.

Согласовано:

Вяткина Г.Т.

Отд./корп

День

5 пятница

19.06.2026

Меню по возрастам, согласно СанПиНа 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюд	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	Каша молочная овсяная (крупа геркулес, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200	198,68	4,91	7,87	26,96
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	27,08	0,11	0,00	6,67
	Бутерброд с маслом (батон, масло сливочное)	50	171,50	3,17	8,08	21,48
Обед	Закуска порционная (фасоль консервированная)	50	71,50	0,81	6,42	2,46
	Рассольник ленинградский	180	79,38	4,42	3,98	6,31
	Свинина с овощами (свинина, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, соль)	60	177,02	8,02	8,33	8,45
	Макароны отварные	150	85,20	1,43	1,55	7,98
	Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	180	117,90	0,54	0,09	28,53
	Хлеб Украинский	20	39,57	1,29	0,17	8,22
	Напиток из плодов шиповника	200	69,27	0,07	0,12	18,45
Полдник	Омлет	250	325,78	8,31	11,55	39,52
	Хлеб пшеничный	60	137,83	4,44	0,36	29,52
	Кофейный напиток	200	27,08	0,11	0,00	6,67
Ужин 2	Чай (чай -заварка)	200	4,80	0,39	0,00	0,81
	Печенье	30	103,75	1,18	0,00	18,76