

Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: Спец. питание

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры		
	Макаронные изделия отварные с сыром	130	7,995	6,5	23,335	259
	Батон с маслом сливочным	30	1,21	11,3	7,24	135,46
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5
	Итого за завтрак	310	9,355	17,875	37,55	347,91
к №2	Фрукты свежие (Яблоко)	95	1,432	0,482	18,05	89,782
	Итого за завтрак №2	95	1,432	0,482	18,05	89,782
	Суп картофельный с бобовыми (Фасоль)	180	1,649	3,212	7,143	72,368
	Печень говяжья ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,373	7,719	2,684	113,717
	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,767	4,992	8,515	150,41
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,075	15,075	63
	Хлеб пшеничный	20	2,734	0,294	17,154	82,46
	Хлеб бородинский	25	1,725	0,325	10,225	52
	Итого за обед	565	19,698	16,617	60,796	533,955
чик	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,2
	Крендель сахарный	60	3,54	6,57	27,87	185
	Итого за полдник	240	3,72	6,66	36,24	219,2
	Горошек зеленый консервированный	20	0,626	0,04	1,274	7,96
	Омлет натуральный	150	12	18,429	1,629	113,443
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5

С меню ознакомлена  
04.12.2023 г  
Сурф Сурюткина Ю.А.

Атвкертсено:

№. 76 от 06.12.2023

Семонкина О.Г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
о за день	Хлеб пшеничный	10	1,367	0,147	8,577	41,23	1
	Итого за ужин	330	14,143	18,691	18,455	191,133	
	Итого за день	1540	48,348	60,325	171,091	1381,98	
ля 1							
2							
эк							
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	20,475	23,25	96,825	678,75	230
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Бутерброд с маслом	25	1,6	11	10	146	69
	Итого за завтрак	325	22,225	34,325	113,8	853,25	
к №2							
	Фрукты свежие (Банан)	95	1,432	0,482	18,05	89,782	338
	Итого за завтрак №2	95	1,432	0,482	18,05	89,782	
	Суп с рыбными консервами	180	6,3	8,1	9,702	137,88	123
	Пюре картофельное	120	1,64	3,392	7,512	77,488	441
	Тефтели мясные с рисом	60	8,835	9,683	11,175	167,25	286
	Соус томатный	30	0,33	0,975	1,365	15,69	419
	Компот из кураги	150	0,325	0,009	20,825	84,75	376
	Хлеб пшеничный	20	2,734	0,294	17,154	82,46	1
	Хлеб бородинский	25	1,725	0,325	10,225	52	5
	Яйцо вареное	20	2,55	2,3	0,15	31,5	267
	Итого за обед	605	24,439	25,078	78,108	649,018	
	Молоко кипяченое	150	4,567	4,067	7,559	85	400
	ЯБЛОКИ	95	0	0	0	0	2
	Итого за полдник	245	4,567	4,067	7,559	85	
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Молоко цельное стуженное с сахаром (1-3 ГОДА)	10	0,794	0,994	6,534	38,5	
	Запеканка из творога	150	31,6	9,2	25,3	310	279
	Итого за ужин	310	32,544	10,269	38,809	377	

Платье	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
день		1580	85,207	74,221	256,326	2054,05	
	Каша кукурузная молочная жидкая	150	20,1	24,3	114,075	755,25	231
	Батон с маслом сливочным	30	1,21	11,3	7,24	135,46	
	Чай с молоком	150	2,67	2,34	14,31	89	394
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0	36	7
	Итого за завтрак	340	26,3	40,89	135,625	1015,71	
в2	Фрукты свежие (яблоко)	95	1,432	0,482	18,05	89,782	338
	Итого за завтрак №2	95	1,432	0,482	18,05	89,782	
	Суп овощной	180	11,664	9,504	7,942	164,16	290
	Плов из птицы	150	15,9	5,522	25,493	215	304
	Напиток клюквенный	180	0,09	0,036	8,91	36,9	497
	Хлеб пшеничный	20	2,734	0,294	17,154	82,46	1
	Хлеб бородинский	25	1,725	0,325	10,225	52	5
	Итого за обед	555	32,113	15,681	69,724	550,52	
	Кефир	150	5,7	1,35	6,75	61,5	
	ЯБЛОКИ	95	0	0	0	0	2
	Итого за полдник	245	5,7	1,35	6,75	61,5	
	Бигус	130	13,975	14,04	3,25	195	329
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Хлеб пшеничный	10	1,367	0,147	8,577	41,23	1
	Итого за ужин	290	15,492	14,262	18,802	264,73	
день		1525	81,037	72,665	248,951	1982,242	
	Каша "Дружба"	150	19,65	25,05	103,575	718,5	226
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Бутерброд с маслом	25	1,6	11	10	146	69

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
рак №2	Итого за завтрак	325	21,4	36,125	120,55	893	
	<b>Фрукты свежие (Банан)</b>	95	1,432	0,482	18,05	89,782	338
	Итого за завтрак №2	95	1,432	0,482	18,05	89,782	
	<b>Свекольник</b>	*180	6,747	8,144	47,909	351,36	83
	<b>Котлета рыбная Любительская</b>	60	6,188	2,018	5,01	63	256
	<b>Пюре картофельное</b>	120	1,64	3,392	7,512	77,488	441
	<b>Соус сметанный</b>	30	0,42	1,485	1,755	22,23	372
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	150	0,45	0,075	15,075	63	495
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	2,734	0,294	17,154	82,46	1
	<b>Хлеб бородинский</b>	25	1,725	0,325	10,225	52	5
	Итого за обед	585	19,904	15,733	104,64	711,538	
	<b>Молоко кипяченое</b>	150	4,567	4,067	7,559	85	400
	<b>ЯБЛОКИ</b>	95	0	0	0	0	2
	Итого за полдник	245	4,567	4,067	7,559	85	
	<b>Чай с молоком</b>	180	3,204	2,808	17,172	106,8	394
	<b>Королевская ватрушка</b>	150	31,6	9,2	25,3	130	3
	Итого за ужин	330	34,804	12,008	42,472	236,8	
за День		1580	82,107	68,415	293,271	2016,12	
я 1							
к							
	<b>Каша манная молочная жидкая</b>	150	23,325	24,675	117,15	784,5	227
	<b>Батон с маслом сливочным</b>	30	1,21	11,3	7,24	135,46	
	<b>Чай с сахаром</b>	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	<b>Сыр порциями</b>	10	2,32	2,95	0	36	7
	Итого за завтрак	340	27,005	39	131,365	984,46	
с №2	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b>	95	1,432	0,482	18,05	89,782	338



№ рецептуры	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Вес блюда	Наименование блюда	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы			
	89,782	1,432	0,482	18,05	95	Итого за завтрак №2	
	54,454	1,296	3,183	5,148	180	Борщ с капустой и картофелем	95
	109,715	9,258	5,743	5,315	60	Котлеты, биточки или шницели из птицы	372
	22,23	0,42	1,485	1,755	30	Соус сметанный	372
	141,36	2,796	4,32	22,812	120	Рис припущенный	386
	34,5	0,075	0,075	8,325	150	Компот ягодный	486
	82,46	2,734	0,294	17,154	20	Хлеб пшеничный	1
	52	1,725	0,325	10,225	25	Хлеб бородинский	5
	496,719	18,304	15,425	70,734	585	Итого за обед	
	117	4,2	3,75	16,5	150	Снежок	
	99,67	2,73	3,96	11,79	60	Пирог с картофелем	142(3)
	216,67	6,93	7,71	28,29	210	Итого за полдник	
	109,733	8,989	6,31	4,243	110	Рыба (минтай) тушеная с овощами	267
	28,5	0,15	0,075	6,975	150	Чай с сахаром	457
	41,23	1,367	0,147	8,577	10	Хлеб пшеничный	1
	179,463	10,506	6,532	19,795	270	Итого за ужин	
	1967,094	64,177	69,149	268,234	1500	Итого за день	
					2		
	183,95	7,995	6,5	23,335	130	Макаронные изделия отварные с сыром	259
	28,5	0,15	0,075	6,975	150	Чай с сахаром	457
	146	1,6	11	10	25	Булерброд с маслом	69
	358,45	9,745	17,575	40,31	305	Итого за завтрак	
	89,782	1,432	0,482	18,05	95	Фрукты свежие (яблоко)	338
	89,782	1,432	0,482	18,05	95	Итого за завтрак №2	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	Суп картофельный с бобовыми (Горох)	180	1,649	3,212	7,143	72,368	87
	Бефстроганов из отварной говядины	60	15,375	15,375	2,325	209,25	326
	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,767	4,992	8,515	150,41	202
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,075	15,075	63	495
	Хлеб пшеничный	20	2,734	0,294	17,154	82,46	1
	Хлеб бородинский	25	1,725	0,325	10,225	52	5
	Итого за обед	565	26,7	24,273	60,437	629,488	
ник							
	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	Сдоба обыкновенная	60	4,35	3	36,78	193,52	436
	Итого за полдник	240	4,53	3,09	45,15	227,72	
	Рыба (минтай) тушеная с овощами	130	10,623	7,457	5,015	129,685	267
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Хлеб пшеничный	10	1,367	0,147	8,577	41,23	1
	Итого за ужин	290	12,14	7,679	20,567	199,415	
за день		1495	54,547	53,099	184,514	1504,855	
1,2							
с							
	Батон с маслом сливочным	25	1,009	9,417	6,034	112,884	
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4,5	5,15	21,405	150	233
	Итого за завтрак №2	325	5,659	14,642	34,414	291,384	
№2							
	Фрукты свежие (банан)	95	1,432	0,482	18,05	89,782	338
	Итого за завтрак №2	95	1,432	0,482	18,05	89,782	
	Рассольник "Ленинградский"	180	1,916	2,276	9,116	66,24	80

№ рецептуры	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Вес блюда	Наименование блюда	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы			
441	71,031	1,504	3,11	6,886	110	Пере картофельное	441
329	90	6,45	6,48	1,5	60	Бигус	329
479	67,5	0,15	0,15	16,5	150	Кисель из брусники	479
1	82,46	2,734	0,294	17,154	20	Хлеб пшеничный	1
5	52	1,725	0,325	10,225	25	Хлеб бородинский	5
267	63	5,1	4,6	0,3	40	Яйцо вареное	267
	492,231	19,579	17,235	61,681	* 585	Итого за обед	
						Итого за обед	
400	85	4,567	4,067	7,559	150	Молоко кипяченое	400
2	0	0	0	0	95	ЯБЛОКИ	2
85	85	4,567	4,067	7,559	245	Итого за полдник	
						Итого за полдник	
355	164,433	15,53	5,06	14,265	130	Запеканка из печени с рисом	355
372	22,23	0,42	1,485	1,755	30	Соус сметанный	372
457	28,5	0,15	0,075	6,975	150	чай с сахаром	457
1	41,23	1,367	0,147	8,577	10	Хлеб пшеничный	1
	256,393	17,467	6,767	31,572	320	Итого за ужин	
	1214,79	48,704	43,193	153,276	1570	Итого за день	
						Итого за день	
						Итого за день	
						Итого за день	
234	804,75	20,775	25,8	122,325	150	Каша рисовая	234
394	118,667	3,56	3,12	19,08	200	молочная жидкая	394
7	36	2,32	2,95	0	10	Чай с молоком	7
69	146	1,6	11	10	25	Сыр порциями	69
	1105,417	28,255	42,87	151,405	385	Бутерброд с маслом	
						Итого за завтрак	
338	89,782	1,432	0,482	18,05	95	Фрукты свежие (Яблоко)	338
	89,782	1,432	0,482	18,05	95	Итого за завтрак №2	
						Итого за завтрак №2	
85	62,82	1,505	2,42	8,734	180	СУП	85
354	174,353	15,561	15,732	0	60	КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	354
						Птица (курица) отварная	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	<b>Рагу овощное</b>	100	1,48	5,08	12,32	101,067	95
	Компот из кураги	150	0,325	0,009	20,825	84,75	376
	Хлеб пшеничный	20	2,734	0,294	17,154	82,46	1
	Хлеб бородинский	25	1,725	0,325	10,225	52	5
	Итого за обед	535	23,33	23,86	69,258	557,45	
полдник							
	<b>Кефир</b>	150	5,7	1,35	6,75	61,5	
	<b>ЯБЛОКИ</b>	95	0	0	0	0	2
	Итого за полдник	245	5,7	1,35	6,75	61,5	
ужин							
	<b>Кукуруза консервированная</b>	20	1,56	1,08	2,82	27	
	<b>Чай с сахаром</b>	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Хлеб пшеничный	10	1,367	0,147	8,577	41,23	1
	Омлет сметанный	150	17,1	15,9	9,15	247,5	278
	Итого за ужин	330	20,177	17,202	27,522	344,23	
того за день		1590	78,894	85,764	272,985	2158,379	
зделя 2							
нь 4							
втрак							
	<b>Каша ячневая вязкая</b>	150	5,655	5,205	25,05	169,8	220
	<b>Батон с маслом сливочным</b>	25	1,009	9,417	6,034	112,884	
	<b>Чай с сахаром</b>	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Итого за завтрак	325	6,814	14,697	38,059	311,184	
итрак №2							
	<b>Фрукты свежие (Банан)</b>	95	1,432	0,482	18,05	89,782	338
	Итого за завтрак №2	95	1,432	0,482	18,05	89,782	
А							
	<b>Свекла отварная</b>	40	0	0	0	0	
	<b>Щи из свежей капусты и картофеля</b>	180	1,131	3,24	4,155	50,4	104
	<b>Пюре картофельное</b>	120	1,64	3,392	7,512	77,488	441
	<b>Рыба (минтай)</b>	80	6,538	4,589	3,086	79,806	267
	<b>Тушеная с овощами</b>						



пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	Компот из свежезамороженных ягод	150	0,1	0,04	8,71	34,72	123
	Хлеб пшеничный	20	2,734	0,294	17,154	82,46	1
	Хлеб бородинский	25	1,725	0,325	10,225	52	5
	Итого за обед	615	13,868	11,88	50,842	376,874	
к							
	Бифилин	150	0	0	0	0	
	ЯБЛОКИ	95	0	0	0	0	2
	Итого за полдник	245					
	Чай с молоком	180	3,204	2,808	17,172	106,8	394
	Молоко цельное сгущенное с сахаром (3-7лет)	20	1,343	1,6	10,629	62,858	
	Запеканка из творога	180	37,92	11,04	30,36	372	279
	Итого за ужин	380	42,467	15,448	58,161	541,658	
	Итого за день	1660	64,581	42,507	165,112	1319,498	
з 2							
к							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	7,08	6,48	20,4	170,64	101
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0	36	7
	Бутерброд с маслом	25	1,6	11	10	146	69
	Итого за завтрак	365	11,15	20,505	37,375	381,14	
эк №2							
	Фрукты свежие (яблоко)	95	1,432	0,482	18,05	89,782	338
	Итого за завтрак №2	95	1,432	0,482	18,05	89,782	
	Суп-харчо	180	3,348	3,42	7,2	73,26	109
	Тефтели мясные с рисом	80	11,78	12,91	14,9	223	286
	Капуста тушеная	150	3,3	5,1	12,15	108	380
	Компот из свежезамороженных	150	0,1	0,04	8,71	34,72	123

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	<b>Х ягод</b>						
	Хлеб пшеничный	20	2,734	0,294	17,154	82,46	1
	Хлеб бородинский	25	1,725	0,325	10,225	52	5
	Итого за обед	605	22,987	22,089	70,339	573,44	
	<b>Йогурт</b>						
	ЙОГУРТ	150	7,5	4,8	12,75	130,5	536
	<b>ЯБЛОКИ</b>						
	Итого за полдник	95	0	0	0	0	2
		245	7,5	4,8	12,75	130,5	
	<b>ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ</b>						
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	180	17,019	4,337	15,137	167,728	276
	<b>Чай с сахаром</b>						
	Чай с сахаром	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	Хлеб пшеничный	10	1,367	0,147	8,577	41,23	1
	Итого за ужин	340	18,536	4,559	30,689	237,458	
		1650	61,605	52,435	169,203	1412,32	
за день		1569	66,921	62,178	218,297	1701,133	
ре значение за							
т							