

Меню на 28.07.2026

Взаведующая  
Новицкая Е.В.

Меню на 28.07.2026

[illegible]

Утверждаю: Заведующая МДСУ \_\_\_\_\_, «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Меню на 28.07.2026 опека

Заведующая  
Новицкая Е.В.

| Наименования<br>блюд  | Выход  |        | Белки,г |        | Жиры,г |        | Углеводы,г |        | Эн/ц,ккал |        | Витамины |      |      |      |      | Минеральные вещества |       |        |      |      |
|-----------------------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|------------|--------|-----------|--------|----------|------|------|------|------|----------------------|-------|--------|------|------|
|                       | 1-3лет | 3-7лет | 1-3лет  | 3-7лет | 1-3лет | 3-7лет | 1-3лет     | 3-7лет | 1-3лет    | 3-7лет | B1       | B2   | C    | Ca   | Fe   |                      |       |        |      |      |
| Загвар 1              |        |        |         |        |        |        |            |        |           |        |          |      |      |      |      |                      |       |        |      |      |
| Каша «Дружба»         | 150    | 200    | 4       | 5      | 4,4    | 5,8    | 18,1       | 24,2   | 126,7     | 168,8  | 0,05     | 0,07 | 0,12 | 0,4  | 0,53 | 87                   | 115   | 0,4    | 0,5  |      |
| Бутерброд с<br>маслом | 25/10  | 35/10  | 2,6     | 3,1    | 7,5    | 7,9    | 12,1       | 15,1   | 117,1     | 126,1  | 0        | 0    | 0    | 0    | 0    | 4,8                  | 5,3   | 0,3    | 0,4  |      |
| Чай с сахаром         | 180    | 180    | 0,23    | 0,23   | 0      | 0      | 5,87       | 5,87   | 24,2      | 24,2   | 0        | 0    | 0,01 | 0,04 | 0,04 | 3,31                 | 3,31  | 0,65   | 0,65 |      |
| Итого                 |        |        | 6,83    | 8,33   | 11,9   | 13,7   | 36,07      | 45,17  | 268       | 319,1  | 0,05     | 0,07 | 0,1  | 0,13 | 0,44 | 0,57                 | 95,11 | 123,61 | 1,35 | 1,55 |

## Обед

|                              |     |     |        |       |       |       |        |        |        |        |       |       |       |       |        |       |       |       |        |       |
|------------------------------|-----|-----|--------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|
| Расходник<br>«Ленинградский» | 150 | 200 | 3,555  | 4,74  | 4,35  | 5,8   | 10,215 | 13,62  | 94,14  | 125,52 | 0,048 | 0,064 | 0,039 | 0,052 | 4,155  | 5,54  | 15,75 | 21    | 0,532  | 0,71  |
| Печень по-<br>строгановски   | 60  | 80  | 10     | 13,1  | 9,5   | 12,7  | 4      | 5,3    | 142    | 189,3  | 0,13  | 0,17  | 1     | 1,34  | 7,45   | 9,93  | 28    | 38    | 3,43   | 4,58  |
| Макароны<br>отварные         | 80  | 120 | 3,3    | 4,4   | 3,7   | 4,8   | 16,2   | 21,6   | 107,4  | 137,5  | 0,03  | 0,04  | 0,02  | 0,02  | 0      | 0     | 8,3   | 10,4  | 0,4    | 0,4   |
| Компот яблочный              | 150 | 200 | 0,1    | 0,18  | 0,1   | 0,18  | 42,28  | 64,5   | 75,68  | 98,01  | 0,001 | 0,002 | 0,01  | 0,014 | 3,38   | 5,85  | 4,5   | 7,6   | 5,78   | 10,01 |
| Хлеб пшеничный               | 20  | 30  | 2      | 4     | 0,24  | 0,48  | 9,6    | 19,2   | 40,8   | 81,6   | 0     | 0     | 0     | 0     | 0      | 0     | 6,8   | 7,2   | 0,46   | 0,48  |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный     | 30  | 40  | 2,55   | 3,4   | 0,99  | 1,32  | 12,75  | 17     | 77,7   | 103,6  | 0,15  | 0,17  | 0,130 | 0,134 | 0,14   | 0,16  | 27    | 29,2  | 0,9    | 0,13  |
| Итого                        |     |     | 21,505 | 29,82 | 18,88 | 25,28 | 95,045 | 141,22 | 537,72 | 735,53 | 0,359 | 0,446 | 1,199 | 1,56  | 15,125 | 21,48 | 90,35 | 113,4 | 11,502 | 16,31 |

## Полдник

|                  |     |            |            |            |              |              |               |             |             |          |          |              |            |
|------------------|-----|------------|------------|------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|----------|----------|--------------|------------|
| Булочка с изюмом | 60  | 5,3        | 5,3        | 1,9        | 43           | 210,1        | 0,07          | 0,07        | 0,03        | 0        | 0        | 18           | 0,58       |
| Кисель           | 150 | 200        | 0          | 0          | 13,33        | 60,7         | 73,85         | 0           | 0           | 0        | 0        | 4,36         | 0,02       |
| <b>Итого</b>     |     | <b>5,3</b> | <b>5,3</b> | <b>1,9</b> | <b>56,33</b> | <b>270,8</b> | <b>284,25</b> | <b>0,07</b> | <b>0,03</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>22,36</b> | <b>0,6</b> |

## УЖЖУ

[illegible]