

Примерное меню для детей дошкольных организаций на зимний период с 1 октября 2024г.г.
 Возрастная категория: 3 — 7 лет

Персон. меню



Дни	Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества				Калории- ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецепта
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1		С	Ca	P	Мg	Fe			
1-й день Понедель- ник	Завтрак														
	Каши жидкая молочная рисовая	200/5/5	2,17	3,89	27,45		154	0,02	0,00	3,7	3,50	11,50	0,24	№185	
	Бутерброд с колбасой	55	2,49	3,93	27,56		156	0,05	0,10	10,90	29,40	1,30	0,87	№2	
	Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20		41	0,00	2,83	12,8	4,0	2,2	0,32	№393	
	2-й завтрак														
	Сок фруктовый	100	0,75	0,00	15,15		64	0,000	0,02	3,0	10,5	10,5	6,00	№399	
	Печенье	25	1,56	0,5	7,42		41	0,00	0,09	0,0	27,6	30,6	9,20	6/4	
	Всего:	515	7,09	8,34	87,78		456	0,07	3,04	30,4	107,4	66,1	16,63		
	Обед														
	Овощи натур. соленные	50	0,40	0,05	0,85		5,0	0,033	1,75	12,00	27,00	12,50	0,51	6/4	
Суп гороховый с грибами	200/20	4,39	4,22	13,06		108,00	0,18	4,65	19,20	53,36	21,3	0,77	№81		
Котлеты рыбные любительские	80	10,95	3,70	8,69		112	0,090	3,02	52,30	179,50	33,50	1,21	№256		
Суп сметанный	30	0,42	1,49	1,76		22	0,006	0,01	8,19	6,82	1,60	0,06	№354		
Пюре картофельное с маслом	200	3,06	4,80	20,44		137	0,140	18,16	16,60	103,00	22,10	1,74	№321		
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49		88	0,00	1,55	13,0	4,0	3,2	0,85	№372		
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69		60,9	0,063		14,00	63,20	18,80	1,56	6/4		
Всего:	645	21,67	14,82	77,98		532,99	0,51	29,14	135,32	436,84	113,04	6,70			
Полдник															
Вареники ленивые	100/5	14,83	10,86	15,31		218,0	0,060	0,19	95,30	153,30	18,50	0,58	№230		
Суп молочный сливочный	30	0,58	1,40	4,00		30,5	0,008	0,10	18,80	14,70	2,64	0,05	№351		
Кефир с сахаром	185	5,22	4,50	12,20		90	0,060	1,26	180,0	135,0	21,0	0,15	№401		
Всего:	250	20,63	16,76	31,51		338,5	0,128	1,55	294,10	303,0	42,1	0,8			
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ															
	1410	49,39	39,92	197,27		1347,400	0,710	33,7	459,86	847,24	221,28	24,11			

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сведения о Сертификате ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: beltechinfo4.edu.by
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения: **Балахурская Ольга Сергеевна**
Действителен с: 30.08.2025, 12:01
Действителен до: 23.08.2026, 12:01
Ключ подписи: 00F8960C96864A94C51D06B3430940BBA

Дни	Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества			Калорий-ность, ккал	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1	С	Ca	P	Мg	Fe	К	
2-й день Вторник	Завтрак													
	Каша молочная жидкая (пшено) с маслом	200/5/5	4,59	4,90	26,32	168,0	0,150	0,00	13,00	94,00	32,90	1,00	№3	
	Бутерброд с маслом	35	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,00	142,40	113,30	18,50	1,00	№3	
	Чай с сахаром	180/7	0,10	0,02	9,99	40,00	0,00	0,02	12,80	4,00	2,20	0,32	№392	
	2-й завтрак													
	Фрукты свежие (банан)	100	1,50	0,50	21,00	95	0,040	10,00	8,0	28,0	42,0	0,60	№368	
	Всего:	635	8,64	12,97	71,93	439,00	0,240	10,02	176,20	239,30	95,60	3,01		
	Обед													
	Салат из свежих с зеленым горошком	60	1,00	2,51	4,92	46,26	0,030	5,88	6,8	12,0	5,6	0,2	№34	
	Щи из капусты со сметаной	200	1,39	3,91	6,79	68,0	0,05	14,77	35,50	42,58	21,00	0,95	№67	
2-й день Вторник	Гуляш из отварного мяса	160	15,42	12,41	3,96	189,0	0,04	0,60	17,50	79,50	10,00	0,90	№277	
	Макаронные отварные с маслом	200/5	5,68	4,36	27,25	171	0,06	0,00	36,97	86,60	27,75	1,00	№205	
	Компот из сухофруктов	180	0,33	0,02	20,82	84,75	0,020	0,30	12,60	12,60	7,20	2,52	№376	
	Хлеб пшеничный	30	3,11	1,03	14,84	81,00	0,188	0,08	55,20	61,20	18,40	1,41	6/н	
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,072		14,00	63,20	18,80	1,56	6/н	
	Всего:	700	29,240	24,660	90,270	700,910	0,460	21,63	178,57	357,68	108,75	8,54		
	Полдник													
	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,40	234,00	0,070	0,25	147,70	201,80	29,50	0,90	№231	
	Молоко стуженное	30	0,58	1,36	3,93	30,00		0,10					6/н	
	Кисель витаминизированный	200	0,1	0,10	92,00	100,80	0,070	44	216,00	162,00	25,20	0,18	6/н	
2-й день Вторник	Всего:	340	19,37	14,13	107,33	364,80	0,14	44,31	363,70	363,80	54,70	1,08		
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	2015	57,25	51,76	269,53	1504,710	0,84	75,96	718,47	960,78	259,05	12,63		



УТВЕРЖАЮ:																
протокол №213 от 03.10.2015 г.																
О.С. Вильмурава																
РЕСПУБЛИКА БЕЛАРУСЬ																
Министерство образования																
Г. БЕЛОРУССКИЙ																
11/09/2017 04:41																
ДЕТСКИЙ САД КОММУНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ №1																
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ СОВЕТ																
Дни	Наименование блюд	Выход, гр	Пищевые вещества			Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1	С	Са	Р	Мг	Fe					
З-зень Средн	Завтрак															
	Суп молочный с овсяной крупой	200	5,92	5,93	17,93	0,12	0,91	165,6	170,2	36,2	0,66	№94				
	Бутерброд с маслом	35	2,45	7,55	14,62	0,05	0,00	142,40	113,30	18,50	1,00	№1				
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	0,04	1,43	114,7	95,9	16,7	0,41	№397				
	2-й завтрак															
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	0,030	10,00	16,0	11,0	9,0	2,20	№368				
	Всего:	345	12,44	17,07	58,17	0,24	12,34	438,70	390,40	80,40	4,27					
	Обед															
	Салат из квашеной капусты	60	1,00	3,00	5,00		12						№47			
	Суп-паша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	0,040	0,40	18,40	50,04	20,0	0,71	№86				
Котлеты рубленные из птицы	80	12,64	13,14	223,00	0,08	0,67	23,3	133,0	37,9	1,77	№305					
Картофель отварной с маслом	155	3,05	4,17	24,08	0,160	21,98	16,2	83,5	30,7	1,36	№125					
Сок фруктовый	180	0,50	0,0	10,10	0,01	2,00	13,3	4,0	3,2	0,85	№399					
Хлеб пшеничный	30	3,11	1,03	14,84	0,188	0,08	55,20	61,20	18,40	1,41	6/н					
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	0,072		14,00	63,20	18,80	1,56	6/н					
Всего:	765	23,38	22,81	83,71	0,55	25,13	140,40	394,94	129,00	7,66						
Полдник																
Пицца "Летская"	50	11,24	9,37	19,56	0,08	0,00	81,6	115,9	23,2	1,18	№465					
Чай с сахаром	180/7	0,06	0,02	9,99	0,00	0,02	12,80	4,00	2,20	0,32	№392					
Всего :	250	11,30	9,39	29,55	0,89	183,43	589,18	835,10	201,60	12,04						
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		1360	47,12	49,27	171,43	1,68	220,90	1168,28	1620,44	411,00	23,97					

																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														</
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

УТВЕРЖАЮ:	
Исполн. № 113 от 03.10.2024г.	
Заведующий	
Материальные ценности (м/п)	
Р	
М/п	
№ 1	
105.1	7.8
11.4	6.6
29.1	9.9
Р/п	0.671744
№ 1	

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Страница 7

Итого №313 от 03.10.2026			
Заведующий	№313	К. Выходцева	175,20
Материальные расходы	(кг)	Единица измерения	42,30
Итого	№313	К. Выходцева	29,9
			9,9
			4,0
			2,2
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32
			0,32

ПЕРСОНАЛЬНОЕ ПОИЩЕВОЕ МЕНЮ												
УТВЕРЖАЮ:												
Подпись:  03.10.2025г.												
Министральное ведомство (шт)												
Р. к. х. М.г. №												
Fe												
Дни	Наименование блюд	Выход, гр	Пищевые вещества			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1	С	Са	Р	Мг	Fe	
9-й день Четверг	Завтрак											
	Макаронны отварные с маслом и сыром	200	9.29	10.01	22.71	0.07	0.14	104.6	110.0	24.90	1.14	№205
	Бутерброд с маслом	35	2.45	7.55	14.65	0.050	0.00	9.3	29.1	9.9	0.62	№1
	Чеснок	200	5.8	5.00	8.00	0.008	1.40	240.0	180.0	28.00	0.20	№401
	2-й завтрак											
	Плоды свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	0.030	10.00	16.0	11.0	9.0	2.20	№368
	Всего:	582	17.94	22.96	55.16	0.16	11.40	369.9	330.1	71.80	4.16	
	Обед											
	Салат из свежих с огурцом соевым	60	0.86	3.66	4.01	0.020	5.10	18.21	24	11.3	0.64	№36
	Борщ с маслом	200	7.91	5.82	10.98	0.038	12.49	35.5	42.58	21	0.95	№57
9-й день Пятница	Зразы рыбные с яйцом	80	10.77	5.32	12.10	0.10	2	50.4	171.4	30.0	1.10	№265
	Пюре картофельное	200	3.06	4.80	20.44	0.14	18.16	12.5	77.3	16.6	1.31	№321
	Сок	100	0.75	0.0	15.15	0.00	0.02	3.0	10.5	10.5	6.00	№399
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	0.188	0.08	55.20	61.20	18.40	1.41	6/н
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	0.072		14.00	63.20	18.80	1.56	6/н
	Всего:	660	28.77	21.05	89.21	0.56	37.67	188.76	450.02	126.55	12.97	
	Полдник											
	Крепитель сахарный	70	3.57	6.57	27.87	0.060	0.00	9.70	37.50	12.20	0.64	№460
	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	0	2.46	226.8	170.1	26.5	0.19	№400
	Всего:	185	9.05	11.45	36.94	0.14	2.46	236.50	207.60	38.70	0.83	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		1427	55.76	55.46	181.31	0.86	51.53	795.16	987.72	237.05	17.96	



Страница 10