

 Лобачева Алёна Анатольевна
(подпись)

10 день:

Аллергия (3-7)

(подпись)

Шарлаева Валентина Павловна
(расшифровка)

Заведующий

(подпись)

10 день:

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		6,2	9,7	36,7	258
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	150	4,5	5,9	20,8	154
Бутерброд с маслом .	15/5	1,6	3,8	7,4	70
Чай с лимоном.	150	0,1		8,5	34
2-й завтрак		0,2		26,1	105
Сок (70 ккал)	150	0,2		26,1	105
Обед		17,5	19,5	70,7	528,3
Салат "Любительский".	40	1,5	3	2,3	42
Уха рыбацкая.	150/50	5,1	5,3	12,6	119
Биточки рубленные из птицы запеченные.	60	6,8	7,6	7,5	126
Макароны отварные с овощами.	100/50	3	3,1	22,9	131,3
Кисель из свежих ягод.	150	0,3	0,2	13,4	56
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35
Полдник		6,7	7,6	31,7	221,4
Мучное изделие пром.производства.	30	0,5	0,6	21,5	93
Молоко питьевое кипяченое	180	6,2	7	10,2	128,4
Ужин		13,9	9,7	43,8	320
Суфле творожное со сладкой глазурью	150	12,9	8,5	28,3	241
Чай с молоком сгущенным .	150	0,9	1	9,8	54
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25
Соль					
Соль	3				
Итого за день		45	47	209	1 433

(подпись)

Шарлаева Валентина Павловна
(расшифровка)



Утверждаю:

Аноз
(подпись)

Лобачева Алёна Анатольевна

Меню на день 20 марта 2026 г.

10 день:

Категория **дети (3-7)**

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		7,6	10,2	46,7	308
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42
2-й завтрак		1	0,4	43,6	182
Сок (91 ккал)	200	1	0,4	43,6	182
Обед		22,6	24,6	97,4	701
Салат "Любительский"	60	3,3	6,2	5,3	90
Уха рыбацкая	180/50	5,9	5,8	15,1	136
Биточки рубленые из птицы запеченные,	70	8,7	8,9	10,3	156
Макароны отварные с овощами	100/50	3,1	2,8	27,4	147
Кисель из свежих ягод,	180	0,3	0,2	15,4	64
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		8,6	10	46,6	311,3
Мучное изделие пром.производства,	50	0,9	1,5	34,1	154
Молоко питьевое кипяченое,	200	7,7	8,5	12,5	157,3
Ужин		15,3	11,2	50,3	362,3
Суфле творожное со сладкой глазурью	120/30	14	9,1	27,1	245,3
Чай с молоком сгущенным	180	1,2	1,9	17,5	92
Фрукт (25 ккал).	100	0,1	0,2	5,7	25
Соль					
Соль	5				
Итого за день		55	56	285	1 865

Кладовщик

(подпись)

Шарлаева Валентина Павловна

(расшифровка)