

| Приним пищи                                   |  | Наименование блюда                              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн. ценность |
|-----------------------------------------------|--|-------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------------|
|                                               |  |                                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |              |
| 23.07.2025                                    |  |                                                 |           |                  |       |          |              |
| Завтрак 1                                     |  |                                                 |           |                  |       |          |              |
| БАТОН                                         |  | ЛАПША МОЛОЧНАЯ                                  | 150       | 3,53             | 3,68  | 12       | 94,35        |
| МАСЛО ПОРЦИЙ                                  |  |                                                 | 28        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                              |  | ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)                            | 40        | 5,08             | 4,36  | 0,3      | 62,8         |
| Итого за завтрак 1                            |  |                                                 | 403,00    | 13,04            | 14,87 | 39,33    | 344,78       |
| АЛЕРГИСИН                                     |  |                                                 | 71        | 0,79             | 0,16  | 7,28     | 38,58        |
| Итого за завтрак 2                            |  |                                                 | 71        | 0,79             | 0,16  | 7,28     | 38,58        |
| На весь день                                  |  | Соль поваренная                                 | 3         | 0                | 0     | 0        | 0            |
| Итого за на весь день                         |  |                                                 | 3,00      | 0                | 0     | 0        | 0            |
| Обед                                          |  |                                                 |           |                  |       |          |              |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ |  |                                                 | 40        | 0,47             | 2,73  | 1,53     | 33,73        |
| БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                              |  |                                                 | 179       | 1,95             | 2,96  | 6,42     | 59,96        |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                            |  |                                                 | 120       | 2,34             | 3,94  | 12       | 112,93       |
| РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ                                |  |                                                 | 60        | 1,89             | 2,06  | 1,71     | 69,43        |
| МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ                     |  |                                                 | 50        | 0,6              | 4,9   | 4,6      | 65,1         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   |  |                                                 | 22        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2         |
| БАТОН                                         |  |                                                 | 22        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   |  |                                                 | 150       | 0                | 0     | 8,08     | 32,25        |
| Итого за обед                                 |  |                                                 | 643,00    | 9,57             | 16,95 | 53,42    | 460,20       |
| МОЛОКО                                        |  |                                                 | 180       | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32        |
| ПЕЧЕНЬЕ                                       |  |                                                 | 20        | 0,02             | 0     | 15,88    | 64,2         |
| Итого за полдник                              |  |                                                 | 200,00    | 5,06             | 4,41  | 24,25    | 158,52       |
| Ужин 1                                        |  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 40        | 0,59             | 2     | 7,4      | 50,53        |
| РЫБНИКИ ИЗ ТВОРОГА                            |  |                                                 | 130       | 22,66            | 10,89 | 22,51    | 280,29       |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                       |  |                                                 | 30        | 0,6              | 1,87  | 1,99     | 27,05        |
| БАТОН                                         |  |                                                 | 22        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6         |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                |  |                                                 | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82         |
| Итого за ужин 1                               |  |                                                 | 402,00    | 25,16            | 14,99 | 42,22    | 406,29       |
| Итого за день                                 |  |                                                 | 1722,00   | 53,62            | 51,38 | 166,50   | 1408,37      |
| Среднее значение за период                    |  |                                                 | 1722,00   | 53,62            | 51,38 | 166,50   | 1408,37      |

Исполнитель: Медгосстра (Исмаилов А.В.)  
 (Телефон: 0 М.)

| Приним пищи                                   |  | Наименование блюда                              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн. ценность |
|-----------------------------------------------|--|-------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------------|
|                                               |  |                                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |              |
| 23.07.2025                                    |  |                                                 |           |                  |       |          |              |
| Завтрак 1                                     |  |                                                 |           |                  |       |          |              |
| БАТОН                                         |  | ЛАПША МОЛОЧНАЯ                                  | 200       | 4,7              | 4,9   | 16       | 125,8        |
| МАСЛО ПОРЦИЙ                                  |  |                                                 | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                              |  | ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)                            | 40        | 5,08             | 4,36  | 0,3      | 62,8         |
| Итого за завтрак 1                            |  |                                                 | 903,00    | 21,60            | 21,68 | 95,25    | 662,91       |
| АЛЕРГИСИН                                     |  |                                                 | 75        | 0,89             | 0,2   | 8,1      | 43           |
| Итого за завтрак 2                            |  |                                                 | 75        | 0,89             | 0,2   | 8,1      | 43           |
| На весь день                                  |  | Соль поваренная                                 | 3         | 0                | 0     | 0        | 0            |
| Итого за на весь день                         |  |                                                 | 3,00      | 0                | 0     | 0        | 0            |
| Обед                                          |  |                                                 |           |                  |       |          |              |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ |  |                                                 | 60        | 0,7              | 4,1   | 2,3      | 50,6         |
| БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                              |  |                                                 | 199       | 3,55             | 4,44  | 8,15     | 97,18        |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                            |  |                                                 | 150       | 2,92             | 4,92  | 15       | 141,14       |
| РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ                                |  |                                                 | 80        | 2,51             | 2,74  | 2,29     | 92,57        |
| МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ                     |  |                                                 | 50        | 0,6              | 4,9   | 4,6      | 65,1         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   |  |                                                 | 55        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8         |
| БАТОН                                         |  |                                                 | 22        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   |  |                                                 | 180       | 0                | 0     | 9,7      | 38,7         |
| Итого за обед                                 |  |                                                 | 796,00    | 13,16            | 21,54 | 65,64    | 591,69       |
| МОЛОКО                                        |  |                                                 | 200       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8        |
| ПЕЧЕНЬЕ                                       |  |                                                 | 60        | 0,06             | 0     | 47,64    | 192,6        |
| Итого за полдник                              |  |                                                 | 60        | 0,06             | 0     | 47,64    | 192,6        |
| ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА                           |  |                                                 | 60        | 0,06             | 0     | 47,64    | 192,6        |
| Итого за полдник                              |  |                                                 | 320,00    | 5,72             | 4,90  | 104,58   | 490,00       |
| Ужин 1                                        |  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60        | 0,89             | 3     | 11,1     | 75,8         |
| РЫБНИКИ ИЗ ТВОРОГА                            |  |                                                 | 150       | 26,15            | 12,56 | 25,97    | 323,41       |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                       |  |                                                 | 30        | 0,6              | 1,87  | 1,99     | 27,05        |
| БАТОН                                         |  |                                                 | 39        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3         |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                |  |                                                 | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82         |
| Итого за ужин 1                               |  |                                                 | 598,00    | 39,31            | 26,93 | 77,40    | 742,52       |
| Итого за день                                 |  |                                                 | 2695,00   | 80,68            | 75,25 | 350,97   | 2530,12      |
| Среднее значение за период                    |  |                                                 | 2695,00   | 80,68            | 75,25 | 350,97   | 2530,12      |

Исполнитель: Медгосстра (Исмаилов А.В.)  
 (Телефон: 0 М.)

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад+аллергия  
 23.07.2025  
 Заведующий: (Исмаилов О.В.)