

31.07.2025г

| МЕНЮ на 31.07.2025                                             |                         | Утверждено: _____   |              |               |                   |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|
| Четверг                                                        |                         | Лечебная диета № 21 |              |               |                   |
| Учреждение: ФУ администрации МО БР (МАДОУ ДС 21, № 6257100009) |                         |                     |              |               |                   |
| Посрададленна: _____                                           |                         |                     |              |               |                   |
| Категория довыслушаваша: Дети 3-7 лет                          |                         |                     |              |               |                   |
| Детей: _____                                                   |                         |                     |              |               |                   |
| Наименование блюда                                             | Выход готового блюда, г | Химический состав   |              |               | Калорийность ккал |
|                                                                |                         | Белки, г            | Жиры, г      | Углеводы, г   |                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                                 |                         |                     |              |               |                   |
| Каша рисовая жидкая с сахаром                                  | 200                     | 17,56               | 18,58        | 87,86         | 488,20            |
| Масло сливочное (порция)                                       | 5                       | 0,03                | 4,18         | 0,03          | 38,04             |
| Сыр (порция)                                                   | 15                      | 3,91                | 4,50         | 0,00          | 55,95             |
| Углеб. пшеничный (40)                                          | 40                      | 3,24                | 0,36         | 18,80         | 93,88             |
| Яй с маслом                                                    | 180                     | 3,96                | 3,15         | 8,83          | 79,62             |
| <b>ЗАВТРАК ВТОРОЙ</b>                                          |                         |                     |              |               |                   |
| Кондитерское изделие                                           | 30                      | 1,48                | 2,64         | 15,06         | 86,20             |
| Напиток кисломолочный                                          | 200                     | 12,00               | 24,00        | 16,00         | 338,00            |
| <b>ОБЕД</b>                                                    |                         |                     |              |               |                   |
| Кисель из свежих плодов или ягод                               | 180                     | 28,62               | 33,68        | 42,58         | 686,97            |
| Рыбу осетра (1-й вариант)                                      | 130                     | 0,14                | 0,14         | 10,43         | 43,50             |
| Салат овощной из белокочанной капусты                          | 60                      | 0,77                | 6,34         | 3,25          | 75,39             |
| Суп картофельный с мясом                                       | 30                      | 0,77                | 2,99         | 4,73          | 50,12             |
| Суп картофельный с мясом                                       | 200/50                  | 0,19                | 2,99         | 1,13          | 47,48             |
| Фрикадельки мясные                                             | 50                      | 10,65               | 9,12         | 0,11          | 124,90            |
| Углеб. пшеничный                                               | 50                      | 3,45                | 0,45         | 21,40         | 116,10            |
| Шницель рыбный натуральный                                     | 80                      | 11,47               | 6,34         | 0,54          | 107,20            |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                                     |                         |                     |              |               |                   |
| Булочка "Розалет"                                              | 30                      | 15,50               | 19,87        | 86,19         | 575,53            |
| Яйца осетра                                                    | 130                     | 4,31                | 1,65         | 32,54         | 152,71            |
| Напиток витаминизированный                                     | 165                     | 1,23                | 6,49         | 7,14          | 84,61             |
| Овощи свежие                                                   | 50                      | 0,20                | 2,15         | 0,90          | 23,70             |
| Тертая капуста                                                 | 80                      | 5,87                | 8,43         | 7,10          | 128,33            |
| Фрукты свежие                                                  | 100                     | 0,00                | 0,00         | 9,00          | 6,00              |
| Углеб. пшеничный (40)                                          | 40                      | 3,24                | 0,36         | 18,80         | 93,88             |
| <b>ИТОГО:</b>                                                  |                         | <b>74,57</b>        | <b>96,93</b> | <b>217,69</b> | <b>2082,80</b>    |

Завтрак



2-й завтрак



Обед



Уплотненный полдник



МЕНИЮ № 31.07.2025 Утверждено: \_\_\_\_\_  
Четверг Лезинер О.А.

Учреждение: ФУ администрации МО БР (МАДОУ ДС 21, п/с 308601540)  
Подразделение: Малыши до 3 лет  
Категория довольствующего: Общий стол  
Дневник:

| Наименование блюда                       | Выход, готовых блюд, г | Химический состав |              |               | Калорийность, ккал |
|------------------------------------------|------------------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------|
|                                          |                        | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                    |
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |                        | <b>14,89</b>      | <b>11,78</b> | <b>47,79</b>  | <b>366,97</b>      |
| Каша рисовая жидкая с сахаром            | 160                    | 6,97              | 5,75         | 27,67         | 136,55             |
| Сыр (порционный)                         | 10                     | 2,34              | 3,00         | 0,00          | 37,10              |
| Хлеб пшеничный 25                        | 25                     | 2,03              | 0,23         | 11,75         | 58,55              |
| Чай с молоком                            | 160                    | 2,72              | 2,80         | 8,38          | 72,94              |
| <b>ВТРАК ВТОРОЙ</b>                      |                        | <b>6,30</b>       | <b>6,30</b>  | <b>7,74</b>   | <b>116,10</b>      |
| Кисель из фруктов                        | 180                    | 6,30              | 6,30         | 7,74          | 116,10             |
| <b>ОБЕД</b>                              |                        | <b>25,73</b>      | <b>29,78</b> | <b>48,31</b>  | <b>884,27</b>      |
| Кисель из свежих плодов или ягод         | 180                    | 0,00              | 0,00         | 4,79          | 19,50              |
| Овощи свежие 40                          | 40                     | 0,20              | 1,72         | 0,92          | 20,40              |
| Рагу овощное (1-й вариант)               | 130                    | 1,29              | 6,34         | 8,40          | 98,84              |
| Салат сметанный                          | 30                     | 0,57              | 4,27         | 1,13          | 47,48              |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180/50                 | 1,66              | 3,13         | 12,41         | 99,02              |
| Фрикадельки мясные (фарш)                | 50                     | 10,65             | 9,12         | 0,11          | 124,90             |
| Хлеб ржаной/ ржанко-пшеничный            | 40                     | 2,76              | 0,36         | 17,12         | 92,88              |
| Шницель рыбный натуральный               | 60                     | 8,60              | 4,85         | 0,40          | 81,25              |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>               |                        | <b>13,38</b>      | <b>16,30</b> | <b>88,75</b>  | <b>546,85</b>      |
| Булочка "Розочка"                        | 30                     | 4,31              | 1,65         | 32,94         | 152,71             |
| Икра осетровая                           | 130                    | 1,23              | 6,49         | 2,14          | 94,61              |
| Овощи свежие 30                          | 30                     | 0,15              | 1,29         | 0,89          | 15,30              |
| Сок овощной, фруктовый и ягодный         | 160                    | 0,90              | 0,00         | 21,06         | 87,30              |
| Салат сметанный с томатами               | 30                     | 0,39              | 1,34         | 1,67          | 20,36              |
| Тертые из говядины                       | 60                     | 4,01              | 4,94         | 3,62          | 75,27              |
| Фрукты свежие                            | 95                     | 0,38              | 0,38         | 9,86          | 42,75              |
| Хлеб пшеничный 25                        | 25                     | 2,03              | 0,23         | 11,75         | 58,55              |
| <b>ИТОГО:</b>                            |                        | <b>59,46</b>      | <b>64,16</b> | <b>192,60</b> | <b>1614,19</b>     |

Составитель: \_\_\_\_\_  
Секретарь: \_\_\_\_\_  
Врач: \_\_\_\_\_  
Ведущий диетолог: \_\_\_\_\_

Завтрак



2-й завтрак



Обед



Уплотненный полдник

