



УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующий  
 Рыжанова А.Н.

### Меню на 20.04.2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
		лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет
<b>День 11</b>		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
З я в т р я к	Каша манная	180	200	133	178,00	3,98	5,31	3,81	5,09	20,64	27,51
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	2,71	2,16	2,59	10,02	12,02
	Батон 20/30 масло 6/9	26	39	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
	10-00 Сок	150	150	69	69,00	0,75	0,75	0	-	15,15	15,15
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>356</b>	<b>419</b>	<b>291,72</b>	<b>395,58</b>	<b>7,84</b>	<b>10,42</b>	<b>11,1</b>	<b>15,35</b>	<b>41</b>	<b>55,05</b>
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>0,75</b>	<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15,15</b>	<b>15,15</b>
о б е д	Щи со сметаной	180	200	48	53,00	1,3	1,50	2,3	2,50	6,7	7,40
	Пюре гороховое	130	150	152,1	175,50	11,2	13,50	1,34	1,55	29,9	34,50
	Котлета из говядины	60	70	125	146,00	8,5	10,00	8,3	9,70	3,9	4,50
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
	Компот из сухофрукто	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37
	Икра кабачковая	50	50	45	54,00	0	-	3,5	4,20	3,5	4,20
	<b>Итого за обед:</b>	<b>625</b>	<b>717,5</b>	<b>569,17</b>	<b>680,43</b>	<b>25,31</b>	<b>30,32</b>	<b>16,08</b>	<b>18,73</b>	<b>87,61</b>	<b>106,02</b>
п о л д н н к	Ватрушка с творогом	70	70	279	279,00	9	9,00	14,1	14,10	29,2	29,20
	Чай с сахаром	150	180	26	31,00	0,03	0,03	0,01	0,01	6,82	8,18
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>220</b>	<b>250</b>	<b>305</b>	<b>310</b>	<b>9,03</b>	<b>9,03</b>	<b>14,11</b>	<b>14,11</b>	<b>36,02</b>	<b>37,38</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1351</b>	<b>1536,5</b>	<b>1234,89</b>	<b>1455,01</b>	<b>42,93</b>	<b>50,52</b>	<b>41,29</b>	<b>48,19</b>	<b>179,78</b>	<b>213,6</b>