

Утверждаю \_\_\_\_\_М.Ф. Зайцева

**меню на8 октября 2025 г.**

| Но-<br>мер<br>ре-<br>ц. | Прием пищи, наименование изделий<br>(блюд) | Вы-ход, г | Белки, г |
|-------------------------|--------------------------------------------|-----------|----------|
|                         |                                            |           | всего    |

10 часов

Завтрак

|       |                                             |     |     |
|-------|---------------------------------------------|-----|-----|
| 4/4   | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 150 | 180 |
| -     | Батон                                       | 20  | 30  |
| 4/13  | Сыр (порциями)                              | 7   | 10  |
| 36/10 | Какао с молоком (вариант 2)                 | 150 | 180 |

10:00

|   |        |     |     |
|---|--------|-----|-----|
| - | Яблоки | 100 | 120 |
|---|--------|-----|-----|

Обед

|       |                                   |     |     |
|-------|-----------------------------------|-----|-----|
| 34/2  | Уха рыбацкая                      | 150 | 180 |
| 16/8  | Биточки (котлеты) из мяса паровые | 50  | 70  |
| 46/3  | Макаронные изделия отварные       | 120 | 150 |
| 14/10 | Компот из чернослива (вариант 2)  | 150 | 180 |
| -     | Хлеб пшеничный                    | 20  | 20  |
| -     | Хлеб ржаной                       | 20  | 30  |

Полдник

|       |                 |     |     |
|-------|-----------------|-----|-----|
|       | Зефир           | 20  | 30  |
| 27/10 | Чай (вариант 2) | 150 | 180 |

Ужин

|       |                           |     |     |
|-------|---------------------------|-----|-----|
| -     | Огурец свежий             | 30  | 50  |
| 16/3  | Морковь тушеная           | 120 | 150 |
| 12/7  | Биточки (котлеты) из рыбы | 50  | 70  |
| 27/10 | Чай (вариант 2)           | 150 | 180 |
| -     | Хлеб пшеничный            | 20  | 20  |
| -     | Хлеб ржаной               | 20  | 30  |

Медсестра

Бодунова Н.С