



УТВЕРЖДАЮ:  
Заслуженный  
врач № 5 «Елочка»  
Лушканова А.И.

### Меню на 19.08.2025

Прем ища	Наименование блюда	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	лет	1,5-3	3-7	лет	1,5-3	3-7	лет
		лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки			Жиры			Углеводы		
День 17														
З я в т р я к	Лапшевник с сыром	150	200	276	368,00	10,05	13,40		10,35	13,80		35,7	47,60	
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	2,71		2,16	2,59		10,02	12,02	
	Батон/масло	206	309	91,72	137,58	1,6	2,40		5,13	7,67		10,34	15,52	
	10-00 Бананы	100	105	46	48,30	0,4	0,42		0,3	0,32		10,3	10,82	
Итого за завтрак:				480,72	633,88	14,31	18,93		17,94	24,38		66,36	85,96	
о б е д	Суп из консервы Сайра	180	200	78	87,00	6,2	6,80		1,9	2,10		9,8	10,90	
	Алу	180	200	307,8	342,00	15,77	17,53		11,97	13,30		26,51	29,46	
	Кисель	150	180	84,75	101,70	0,08	0,09		0,08	0,09		20,93	25,11	
	Хлеб крестьянский	30	35	70,8	82,60	2,31	2,69		0,28	0,33		14,37	16,77	
	Хлеб Чусовской	30	35	67,5	78,50	2,16	2,52		0,29	0,45		13,35	15,57	
	Салат из свежих помидор	40	50	45,25	50,28	0,4	0,45		4,13	4,59		1,4	1,56	
Итого за обед:				654,1	742,08	26,92	30,08		18,65	20,86		86,36	99,37	
п о л д н и к	Вафли	50	60	265	318,00	2,25	2,70		14,5	17,40		31,5	37,80	
	Чай с молоком	150	180	46	55,00	1,05	1,26		1,06	1,28		8,42	10,10	
Итого за полдник:				311	373	3,3	3,96		15,56	18,68		39,92	47,9	
Итого за день:				1445,82	1748,96	44,53	52,97		52,15	63,92		192,64	233,23	