



меню для детей с нарушением обмена галактозы Первый день 22 сентября 2025г.

Наименование блюда	Масса пор- ции, г.	Пище	вые вец	цества У	Энергет. ценност ь	Вита- мин С	Номер рецеп- туры
		трак трак	M	У			1,7001
Каша жидкая овсяная «геркулес» без мо- лока и сливочного масла	200	2.75	1.55	17.51	95.2	0	185
Яйца вареные (1шт)	40	5.08	4.6	0.28	63.00	0	213
Чай с сахаром	180	0.14	0.035	8.0	30.32	0.07	392
	2-ой з	ц Гавтрак					
Яблоко свежее	0.46	0.46	11.27	51.75	18.9	368	368
	0	 Гбед					
Икра морковная	60	1.3	3.03	6.56	58. <i>9</i>	7.56	54
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	2.19	3.43	16.09	106.74	15.35	80
Тефтели мясные	70	16.44	14.7	8.13	229.33	1.06	286
Соус томатный	30	0.35	1.26	2.4	22.3	1.18	745
Капуста тушеная	150	6.36	3.18	12.45	93.31	74.6	132
Компот из сушеных фруктов	180	0.16	0	11.48	44.29	0.14	376
Хлеб ржаной	38	2.5	0.4	12.9	65.2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	30	2.34	0.27	15	73.5	0	
	Пол	лдник	I	I	1	l	I
Чай с сахаром	180	0.14	0.035	8.0	30.32	0.07	392
Бутерброд с сыром без сливочного масла	45	4.68	6.79	15.06	142.5	0.16	3
Итого за 1 день	1518	44.89	39.74	145.13	1106.66	119.09	





меню для детей с нарушением обмена галактозы Второй день 23 сентября 2025г.

Наименование блюда	Масса пор-	Пищевые вещества			Энергет. ценност Вита- мин С		Номер рецеп-
	ции, г.	Б	Ж	У	ь	МИНС	туры
	3ae	трак					
Макароны отварные с сыром без сливоч- ного масла	150	8.64	4.90	34.84	222.5	0.24	206
Кофейный напиток на воде	180	0.3	0.07	7.98	30.32	1.3	395
Бутерброд с повидлом без сливочного мас- ла	65	2.94	4.64	16.38	184.0	0	2
	2-ой з	вавтрак					
Сок фруктовый консервированный	187	0.9	0	17	72	3.75	
	0	бед			I.	l	
Овощи по сезону огурцы	60	0.5	0.1	1.5	8.1	6	
Щи из свежей капусты с картофелем без добавления сметаны	200	2.58	5.44	13.56	118.69	35.35	67
Птица, тушенная в томатном соусе с овощами	230	19.57	18.06	22.57	337.15	22.24	302
Компот из сушеных фруктов	180	0.16	0	11.48	44.29	0.14	376
Хлеб ржаной	38	2.5	0.4	12.9	65.2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	30	2.34	0.27	15	73.5	0	
Овощи по сезону огурцы	60	0.5	0.1	1.5	8.1	6	
	Пол	л дник					
Апельсин	120	1.08	0.24	9.72	45.36	48,9	371
Итого за 2 день	1440	41.51	34.12	162.79	1201.11	117.92	





меню для детей с нарушением обмена галактозы Третий день 24 сентября 2025г.

Наименование блюда	Масса пор-		евые веш		Энергет. ценност	Вита- мин С	Номер рецеп-
	ции, г.	Б	Ж	У	Ь		туры
		трак					
Каша жидкая (пшеничная) без молока и	200	2.89	0.32	23.88	109.92	2.15	185
сливочного масла							
Чай с сахаром	180	0.14	0.035	8.0	30.32	0.07	392
Печенье	45	3.7	4.4	37.8	213.0	0	
	2-ой з	вавтрак					
Банан	130	1.95	0.13	27.3	115.7	13	368
	6) бед			1		
Икра свекольная	60	1.32	3.02	7.64	51.81	11.54	54
Суп картофельный с макаронными изде- лиями	200	2.66	4.38	19.68	131.75	19.5	82
Голубцы ленивые без добавления сливоч- ного масла	160	19.6	15.12	11.53	235.1	40.99	298
Соус томатный	30	0.35	1.26	2.4	22,3	1.18	745
Кисель из повидла	180	0.04	0	15.93	62.99	0.04	383
Хлеб ржаной	38	2.5	0.4	12.9	65.2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	30	2.34	0.27	15	73.5	0	
	По.	пдник					
Кофейный напиток на воде	180	0.3	0.07	7.98	30.32	1.3	395
Бутерброд с сыром без сливочного масла	45	4.68	6.79	15.06	142.5	0.16	3
Итого за 3 день	1478	42.47	36.19 5	205.1	1284,41	89.93	





меню для детей с нарушением обмена галактозы Четвертый день 25 сентября 2025г.

Наименование блюда	Масса пор- ции, г.	Пище	евые веш		Энергет. ценност ь	Вита- мин С	Номер рецеп- туры
		ь гтрак	Ж	У	В		Туры
Каша рисовая вязкая без молока и сливоч- ного масла	200	1.25	0.18	17.83	78.35	0	94
Чай с сахаром	180	0.14	0.035	8.0	30.32	0.07	392
Бутерброд с сыром без сливочного масла	50	5.83	8.24	15.06	160.5	0.24	3
	2-ой з	 вавтрак			1		
Апельсин	120	1.08	0.24	9.72	45.36	48.9	
	0	 Обед					
Овощи по сезону	60	0.9	0	1.8	10.9	3.2	
Борщ с капустой и картофелем без добав- ления сметаны	200	2.2	5.09	14.74	108.13	27.2	57
Рыба тушеная с овощами	80	18.83	5.03	2.96	133	5.94	247
Картофель отварной	150	2.81	3.44	22.81	138.1	27.9	318
Компот из сушеных фруктов	180	0.16	0	11.48	44.29	0.14	376
Хлеб ржаной	38	2.5	0.4	12.9	65.2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	30	2.34	0.27	15	73.5	0	
	По.	пдник					
Сок фруктовый консервированный	187	0.9	0	17	72	3.75	
Итого за 4 день	1475	38.94	29.92 5	149.3	959.65	117.34	





меню для детей с нарушением обмена галактозы Пятый день 26 сентября 2025г.

Наименование блюда	Масса пор-	Пищевые вещества			Энергет. ценност	Вита- мин С	Номер рецеп-
	ции, г.	Б	ж	у	ь	минс	туры
	3a6	трак					
Каша жидкая овсяная «геркулес» без мо-	200	2.75	1.55	17.51	95.2	0	185
лока и сливочного масла							
Яйца вареные (1шт)	40	5.08	4.6	0.28	63.00	0	213
Чай с сахаром	180	0.14	0.03	10.0	37.9	0.07	392
Бутерброд с повидлом	65	2.94	4.64	16.38	184	0	2
	2-ой з	:автрак			1	l	
Сок фруктовый консервированный	188	0.9	0	17	72	3.75	
	0	 Гбед					
Овощи по сезону	60	0.5	0.1	1.5	8.1	6	
Суп картофельный с клёцками без добав-	200	4.77	7.8	14.4	149.64	11.29	85
ления сливочного масла							
Гуляш из отварного мяса без добавления	75	15.65	13.25	3.96	195.03	2.69	277
сливочного масла							
Каша рисовая рассыпчатая без добавления сливочного масла	150	3.49	0.5	35.7	165	0	313
Компот из сушеных фруктов	180	0.16	0	11.48	44.29	0.14	376
Хлеб ржаной	38	2.5	0.4	12.9	65.2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	30	2.34	0.27	15	73.5	0	
	Пол	пдник					
Кофейный напиток на воде	180	0.3	0.07	7.98	30.32	1.3	395
Печенье	45	3.7	4.4	37.8	213	0	

Итого за 5 день	1631	45.22	37.61	201.89	1396.18	25.24	
						l	