

МЕНЮ  
21 августа 2026 г.

САД--12

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2018                          | 207<br>КРАСН<br>ОЕ  | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ             | 180   | 5,21              | 6,19    | 35,63            | 219,54                                   | 0,50                  |
| 2018                          | 302<br>КРАСН<br>ОЕ  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                            | 180   | 3,24              | 2,43    | 13,96            | 94,18                                    | 0,52                  |
|                               | ГОР                 | БУЛОЧКА УМНИЦА                              | 40    | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 400   | 8,45              | 8,62    | 49,59            | 313,72                                   | 1,02                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2018                          | 296<br>КРАСН<br>ОЕ  | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 200   | 5,63              | 4,85    | 9,31             | 104,76                                   | 1,04                  |
| Итого                         |                     |                                             | 200   | 5,63              | 4,85    | 9,31             | 104,76                                   | 1,04                  |
| Обед                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                              | 60    | 0,48              | 0,06    | 1,02             | 7,80                                     | 3,00                  |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180   | 2,31              | 2,11    | 15,99            | 92,44                                    | 5,40                  |
| 2025                          | 291                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>КУРИЦЕЙ         | 150   | 11,80             | 13,36   | 23,59            | 261,91                                   | 11,90                 |
| 2018                          | 309<br>КРАСН<br>ОЕ  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ              | 180   | 0,87              | 0,07    | 16,03            | 69,34                                    | 0,00                  |
|                               | КРАСН<br>ОЕ         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 50    | 3,30              | 0,55    | 20,50            | 100,00                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 620   | 18,76             | 16,15   | 77,13            | 531,49                                   | 20,30                 |
| Уплотнённый полдник           |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 45                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                            | 60    | 0,68              | 5,91    | 4,13             | 72,67                                    | 2,09                  |
| 2012                          | 256                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ              | 70    | 9,74              | 2,90    | 5,79             | 88,78                                    | 0,68                  |
|                               | КРАСН<br>ОЕ         | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                | 60    | 0,13              | 0,12    | 0,01             | 1,52                                     | 0,00                  |
| 2018                          | 300<br>КРАСН<br>ОЕ  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                     | 200   | 0,04              | 0,00    | 6,92             | 28,63                                    | 0,77                  |
|                               | КРАСН<br>ОЕ         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 40    | 3,80              | 1,60    | 26,80            | 137,20                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 430   | 14,39             | 10,53   | 43,65            | 328,80                                   | 3,54                  |
| Всего                         |                     |                                             |       | 47,23             | 40,15   | 179,68           | 1 278,77                                 | 25,90                 |

МЕНЮ  
21 августа 2026 г.

САД-10,5

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2018                          | 207<br>КРАСН<br>ОЕ  | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ             | 180   | 5,29              | 6,69    | 27,78            | 193,34                                   | 0,62                  |
| 2018                          | 302<br>КРАСН<br>ОЕ  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                            | 180   | 3,52              | 2,67    | 17,32            | 111,03                                   | 0,57                  |
|                               | ГОР                 | БУЛОЧКА УМНИЦА                              | 40    | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 400   | 8,81              | 9,36    | 45,10            | 304,37                                   | 1,19                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2018                          | 296<br>КРАСН<br>ОЕ  | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 200   | 5,63              | 4,85    | 9,31             | 104,76                                   | 1,04                  |
| Итого                         |                     |                                             | 200   | 5,63              | 4,85    | 9,31             | 104,76                                   | 1,04                  |
| Обед                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                              | 50    | 0,40              | 0,05    | 0,85             | 6,50                                     | 2,50                  |
| 2018                          | 63<br>КРАСН<br>ОЕ   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180   | 2,33              | 5,80    | 16,06            | 126,09                                   | 5,42                  |
| 2025                          | 291                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>КУРИЦЕЙ         | 130   | 10,23             | 11,52   | 20,44            | 226,30                                   | 10,31                 |
| 2018                          | 309<br>КРАСН<br>ОЕ  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ              | 180   | 0,73              | 0,06    | 13,82            | 59,62                                    | 0,00                  |
|                               | КРАСН<br>ОЕ         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 50    | 4,25              | 1,65    | 21,25            | 129,50                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 590   | 17,94             | 19,08   | 72,42            | 548,01                                   | 18,23                 |
| Уплотнённый полдник           |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 45                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                            | 50    | 0,74              | 4,94    | 4,41             | 65,55                                    | 2,15                  |
| 2012                          | 256                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ              | 60    | 11,22             | 2,63    | 5,52             | 91,07                                    | 0,82                  |
| 2018                          | 300<br>КРАСН<br>ОЕ  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                     | 180   | 0,04              | 0,00    | 6,24             | 25,80                                    | 0,69                  |
|                               | КРАСН<br>ОЕ         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 40    | 3,69              | 1,55    | 26,00            | 133,08                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 330   | 15,69             | 9,12    | 42,17            | 315,50                                   | 3,66                  |
| Всего                         |                     |                                             |       | 48,07             | 42,41   | 169,00           | 1 272,64                                 | 24,12                 |

МЕНЮ  
21 августа 2026 г.

ЯСЛИ-10,5

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2018                          | 207<br>КРАСН<br>ОЕ  | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ             | 150   | 3,29              | 5,25    | 15,50            | 122,86                                   | 0,41                  |
| 2018                          | 302<br>КРАСН<br>ОЕ  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                            | 170   | 2,73              | 2,07    | 10,49            | 74,21                                    | 0,44                  |
|                               | ГОР                 | БУЛОЧКА УМНИЦА                              | 25    | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 345   | 6,02              | 7,32    | 25,99            | 197,07                                   | 0,85                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2018                          | 296<br>КРАСН<br>ОЕ  | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 200   | 5,63              | 4,85    | 9,31             | 104,76                                   | 1,04                  |
| Итого                         |                     |                                             | 200   | 5,63              | 4,85    | 9,31             | 104,76                                   | 1,04                  |
| Обед                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                              | 40    | 0,32              | 0,04    | 0,68             | 5,20                                     | 2,00                  |
| 2018                          | 63<br>КРАСН<br>ОЕ   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 150   | 2,01              | 1,59    | 13,85            | 77,97                                    | 4,75                  |
| 2025                          | 291                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>КУРИЦЕЙ         | 110   | 8,66              | 9,72    | 17,28            | 191,44                                   | 8,72                  |
| 2018                          | 309<br>КРАСН<br>ОЕ  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ              | 150   | 0,58              | 0,05    | 12,95            | 55,26                                    | 0,00                  |
|                               | КРАСН<br>ОЕ         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 40    | 3,40              | 1,32    | 17,00            | 103,60                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 490   | 14,97             | 12,72   | 61,76            | 433,47                                   | 15,47                 |
| Уплотнённый полдник           |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 45                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                            | 40    | 0,43              | 2,97    | 2,76             | 39,73                                    | 1,40                  |
| 2012                          | 256                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ              | 50    | 6,97              | 2,05    | 4,15             | 63,32                                    | 0,49                  |
| 2018                          | 300<br>КРАСН<br>ОЕ  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                     | 150   | 0,03              | 0,00    | 6,88             | 28,24                                    | 0,58                  |
|                               | КРАСН<br>ОЕ         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30    | 2,76              | 1,16    | 19,50            | 99,81                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 270   | 10,19             | 6,18    | 33,29            | 231,10                                   | 2,47                  |
| Всего                         |                     |                                             |       | 36,81             | 31,07   | 130,35           | 966,40                                   | 19,83                 |