

МЕНЮ
8 октября 2026 г.

САД--12

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	2,53	5,66	9,02	97,72	0,46
2018	296 КРАСН ОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2018	1 КРАСН ОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/30/10	2,95	8,45	20,24	169,10	0,00
Итого			460	11,11	18,96	38,57	371,58	1,50
II Завтрак								
2008		Фрукт (яблоки)	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2018	36 Красное	САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	60	1,21	3,53	4,83	56,05	2,23
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,13	3,86	13,57	105,91	3,35
2018	КРАСН ОЕ 129	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,87	12,55	16,53	230,50	0,49
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15 %	10	0,27	1,46	0,31	15,52	0,01
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	15,21	76,68	72,00
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			630	23,32	23,29	71,70	614,16	78,08
Уплотнённый полдник								
	247 КРАСН ОЕ	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	130/70/60	11,71	5,71	3,39	112,64	1,53
	КРАСН ОЕ	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60	0,13	0,12	0,01	1,52	0,00
2018	300 КРАСН ОЕ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,04	0,00	7,70	31,77	0,78
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
Итого			560	15,57	7,38	37,10	279,01	2,31
Всего				50,39	50,02	156,88	1 310,34	85,89

МЕНЮ
8 октября 2026 г.

САД-10,5

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	2,53	5,66	9,02	97,70	0,46
2018	296 КРАСН ОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2018	1 КРАСН ОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/30/10	2,86	8,19	19,64	164,02	0,00
Итого			460	11,02	18,70	37,97	366,48	1,50
II Завтрак								
2008		ФРУКТ (яблоки)	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2018	36 Красное	САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	50	1,01	2,95	4,03	46,77	1,86
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,14	3,84	13,59	105,82	3,35
2018	КРАСН ОЕ 129	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	11,17	10,66	14,32	197,86	0,42
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15 %	10	0,27	1,46	0,31	15,52	0,01
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			600	21,33	20,76	67,31	563,88	65,64
Уплотнённый полдник								
	247 КРАСН ОЕ	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	110/60/50	10,84	5,27	3,14	104,04	1,42
2018	300 КРАСН ОЕ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180	0,04	0,00	6,91	28,47	0,69
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
Итого			440	14,57	6,82	36,05	265,59	2,11
Всего				47,31	46,67	150,84	1 241,54	73,25

МЕНЮ
8 октября 2026 г.

ЯСЛИ-10,5

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,11	4,59	4,52	68,37	0,38
2018	296 КРАСН ОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2018	1 КРАСН ОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/20/10	2,52	7,20	17,20	143,88	0,00
Итого			410	10,26	16,64	31,03	317,01	1,42
II Завтрак								
2008		ФРУКТ (яблоки)	100	0,39	0,39	9,51	45,58	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,58	4,00
Обед								
2018	36 Красное	САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	40	0,81	2,40	3,23	37,66	1,49
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,82	3,30	14,48	103,13	4,39
2018	КРАСН ОЕ 129	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	110	10,34	10,18	9,10	169,13	0,37
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15 %	7	0,19	1,02	0,21	10,86	0,01
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,40	0,16	12,41	60,15	48,00
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	1,32	17,00	103,60	0,00
Итого			497	18,96	18,38	56,43	484,53	54,26
Уплотнённый полдник								
	247 КРАСН ОЕ	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100/50/50	10,54	5,18	3,05	101,67	1,37
2018	300 КРАСН ОЕ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	150	0,03	0,00	5,23	21,62	0,58
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,76	1,16	19,50	99,81	0,00
Итого			380	13,33	6,34	27,78	223,10	1,95
Всего				42,94	41,75	124,75	1 070,22	61,63