

МЕНЮ
1 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	97,71	0,46
2018	296 КРАСН ОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
Итого			420	11,85	12,06	44,33	335,55	1,50
II Завтрак								
2008		Фрукт (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	3,55	4,87	54,65	2,28
2018	58 КРАСН ОЕ	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,64	2,40	12,54	78,66	5,04
	КРАСН ОЕ 1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130/5	9,66	4,56	56,56	306,14	0,00
	277 КРАСН ОЕ	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/35/35	15,51	15,07	14,87	256,96	0,66
2018	310 КРАСН ОЕ	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,23	0,23	12,48	54,44	2,40
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			745	32,11	27,46	122,57	880,35	10,38
Уплотнённый полдник								
2008	12 КРАСН ОЕ	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-й вариант)	130/30	17,70	21,95	21,37	354,22	2,86
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,78	1,53	10,67	63,96	0,35
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,60	2,60	13,40	84,00	0,00
Итого			480	24,77	27,63	71,44	635,26	3,21
Всего				69,13	67,55	248,14	1 898,16	25,09

МЕНЮ
1 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	97,72	0,46
2018	296 КРАСН ОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
Итого			400	11,28	11,58	43,40	325,08	1,40
II Завтрак								
2008		Фрукт (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	2,96	4,05	45,51	1,90
2018	58 КРАСН ОЕ	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,64	5,99	12,56	111,32	5,06
	КРАСН ОЕ 1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120/5	9,75	4,83	57,05	310,94	0,00
	277 КРАСН ОЕ	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60/30/30	17,06	16,24	16,35	279,52	0,74
2018	310 КРАСН ОЕ	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,23	0,23	15,38	66,04	2,40
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			705	33,62	31,90	126,64	942,83	10,10
Уплотнённый полдник								
2008	12 КРАСН ОЕ	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-й вариант)	120/30	16,58	20,52	19,98	331,33	2,67
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,27	1,10	11,78	62,27	0,26
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,60	2,60	13,40	84,00	0,00
Итого			440	23,14	25,77	71,16	610,68	2,93
Всего				68,44	69,65	251,00	1 925,60	24,43

МЕНЮ
1 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	2,12	4,96	8,32	86,98	0,38
2018	296 КРАСН ОЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,78	4,12	7,92	89,05	0,88
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,76	1,16	19,50	99,81	0,00
Итого			350	9,66	10,24	35,74	275,84	1,26
II Завтрак								
2008		Фрукт (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,38	3,25	36,52	1,52
2018	58 КРАСН ОЕ	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,34	1,31	10,30	58,70	4,13
	КРАСН ОЕ 1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110/4	5,87	3,81	34,25	194,95	0,00
	277 КРАСН ОЕ	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/25/25	11,45	12,16	6,92	182,77	0,65
2018	310 КРАСН ОЕ	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,21	0,21	12,01	52,17	2,20
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	1,32	17,00	103,60	0,00
Итого			594	22,82	21,19	83,73	628,71	8,50
Уплотнённый полдник								
2008	12 КРАСН ОЕ	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-й вариант)	110/30	15,48	19,12	18,59	308,84	2,51
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,06	0,91	8,53	46,75	0,22
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,76	1,16	19,50	99,81	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,60	2,60	13,40	84,00	0,00
Итого			380	20,90	23,79	60,02	539,40	2,73
Всего				53,78	55,62	189,29	1 490,95	22,49