

МЕНЮ
12 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								
	324 КРАСН ОЕ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180	2,59	5,36	9,10	95,56	0,47
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,53	2,18	10,97	74,23	0,49
2018	1 КРАСН ОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/30/10	2,95	8,45	20,24	169,10	0,00
Итого			440	8,07	15,99	40,31	338,89	0,96
II Завтрак								
	КРАСН ОЕ	СОК	200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Итого			200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Обед								
	КРАСН ОЕ	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	60	1,71	5,81	3,41	72,25	2,35
2018	57 КРАСН ОЕ	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	0,63	1,38	4,51	33,03	2,16
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15%	10	0,27	1,46	0,31	15,52	0,01
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,24	13,35	16,52	243,27	8,52
2018	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			630	21,33	23,88	58,48	548,01	15,44
Уплотнённый полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	2,28	5,67	20,23	141,07	0,13
2025	2 КРАСН ОЕ	ПОВИДЛО	40	0,00	0,00	24,40	97,60	0,20
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	200	0,11	0,05	15,10	61,81	1,20
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
2008		ВАФЛИ	15	0,54	4,70	8,67	79,05	0,00
Итого			445	6,62	11,97	94,40	512,61	1,53
Всего				36,02	51,84	212,59	1 486,81	17,93

МЕНЮ
12 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								
	324 КРАСН ОЕ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180	3,43	6,07	10,49	111,11	0,62
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,09	2,67	11,90	84,71	0,59
2018	1 КРАСН ОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/30/10	2,86	8,19	19,64	164,02	0,00
Итого			440	9,38	16,93	42,03	359,84	1,21
II Завтрак								
	КРАСН ОЕ	СОК	200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Итого			200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Обед								
	КРАСН ОЕ	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	50	1,43	4,85	2,84	60,21	1,96
2018	57 КРАСН ОЕ	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	0,63	5,79	4,51	72,78	2,16
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15%	8	0,21	1,16	0,25	12,42	0,01
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	12,71	14,79	17,24	252,85	8,85
2018	310 КРАСН ОЕ	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,23	0,23	12,48	54,45	2,40
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			598	19,46	28,47	58,57	582,21	15,38
Уплотнённый полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	110	1,71	4,12	14,94	103,75	0,09
2025	2 КРАСН ОЕ	ПОВИДЛО	40	0,00	0,00	24,40	97,60	0,20
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,10	0,05	13,55	55,47	1,08
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
2008		ВАФЛИ	15	0,54	4,70	8,67	79,05	0,00
Итого			385	6,04	10,42	87,56	468,95	1,37
Всего				34,88	55,82	207,56	1 498,30	17,96

МЕНЮ
12 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								
	324 КРАСН ОЕ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150	2,15	4,43	5,03	69,09	0,39
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,87	2,47	9,31	71,65	0,55
2018	1 КРАСН ОЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/20/10	1,71	6,89	11,51	114,98	0,00
Итого			380	6,73	13,79	25,85	255,72	0,94
II Завтрак								
	КРАСН ОЕ	СОК	200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Итого			200	0,00	0,00	19,40	87,30	0,00
Обед								
	КРАСН ОЕ	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,16	3,88	2,33	48,46	1,60
2018	57 КРАСН ОЕ	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	0,57	1,17	3,96	28,85	1,89
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15%	7	0,19	1,02	0,21	10,86	0,01
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	13,99	12,77	10,68	213,58	5,56
2018	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			497	19,52	20,37	46,19	457,52	11,26
Уплотнённый полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	100	1,52	3,72	13,44	93,41	0,09
2025	2 КРАСН ОЕ	ПОВИДЛО	40	0,00	0,00	24,40	97,60	0,20
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,08	0,04	15,29	62,29	0,90
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,76	1,16	19,50	99,81	0,00
2008		ВАФЛИ	15	0,54	4,70	8,67	79,05	0,00
Итого			335	4,90	9,62	81,30	432,16	1,19
Всего				31,15	43,78	172,74	1 232,70	13,39