

МЕНЮ
30 сентября 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								
	109/185 КРАСН ОЕ	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	6,34	6,65	30,90	208,48	0,61
2018	302 КРАСН ОЕ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,24	2,43	13,96	94,18	0,52
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
Итого			400	13,27	10,63	70,86	435,74	1,13
II Завтрак								
2008		СОК	200	0,00	0,00	20,00	90,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	20,00	90,00	0,00
Обед								
2018	7 КРАСН ОЕ	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	60	0,19	4,18	1,88	45,99	0,30
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	180	3,79	6,13	12,07	119,02	5,11
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15%	10	0,27	1,46	0,31	15,52	0,01
2018	148 КРАСН ОЕ	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,12	4,22	21,52	136,87	10,50
2018	85 КРАСН ОЕ	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	70/50/20	15,36	8,74	14,26	197,87	0,39
2018	309 КРАСН ОЕ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,87	0,07	16,03	69,34	0,00
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			750	27,85	26,45	87,32	714,11	16,31
Уплотнённый полдник								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,09	6,78	7,12	92,78	2,23
	216 КРАСН ОЕ	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	150/5	3,01	6,37	6,20	94,67	0,52
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,07	0,01	8,83	37,01	1,28
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
Итого			455	7,86	14,71	48,15	357,54	4,03
Всего				48,98	51,79	226,33	1 597,39	21,47

МЕНЮ
30 сентября 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								
	109/185 КРАСН ОЕ	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	6,03	5,91	28,84	192,49	0,61
2018	302 КРАСН ОЕ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,24	2,43	13,96	94,18	0,52
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
Итого			400	12,96	9,89	68,80	419,75	1,13
II Завтрак								
2008		СОК	200	0,00	0,00	20,00	90,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	20,00	90,00	0,00
Обед								
2018	7 КРАСН ОЕ	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	50	0,16	3,48	1,64	38,72	0,25
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	180	2,91	5,48	11,14	105,80	4,69
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15%	10	0,27	1,46	0,31	15,52	0,01
2018	148 КРАСН ОЕ	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,87	3,84	19,86	125,82	9,69
2018	85 КРАСН ОЕ	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	60/40/20	14,24	7,85	13,38	181,37	0,36
2018	309 КРАСН ОЕ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,73	0,06	14,49	62,30	0,00
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	1,65	21,25	129,50	0,00
Итого			710	25,43	23,82	82,07	659,03	15,00
Уплотнённый полдник								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	0,90	2,91	5,94	52,59	1,86
	216 КРАСН ОЕ	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	120/5	2,14	4,57	8,52	84,19	0,36
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,69	1,55	26,00	133,08	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,06	0,01	6,98	29,40	1,14
Итого			395	6,79	9,04	47,44	299,26	3,36
Всего				45,18	42,75	218,31	1 468,04	19,49

МЕНЮ
30 сентября 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								
	109/185 КРАСН ОЕ	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,30	5,70	17,31	137,79	0,51
2018	302 КРАСН ОЕ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,99	2,29	12,72	86,34	0,49
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,76	1,16	19,50	99,81	0,00
Итого			350	10,05	9,15	49,53	323,94	1,00
II Завтрак								
2008		СОК	200	0,00	0,00	20,00	90,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	20,00	90,00	0,00
Обед								
2018	7 КРАСН ОЕ	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	40	0,13	2,81	1,23	30,89	0,20
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	3,06	6,57	10,10	111,99	4,27
	КРАСН ОЕ	СМЕТАНА 15%	7	0,19	1,02	0,21	10,86	0,01
2018	148 КРАСН ОЕ	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,64	3,57	18,21	115,83	8,88
2018	85 КРАСН ОЕ	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	60/50/10	14,14	7,83	12,77	178,53	0,36
2018	309 КРАСН ОЕ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,58	0,05	12,95	55,26	0,00
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	1,32	17,00	103,60	0,00
Итого			617	24,14	23,17	72,47	606,96	13,72
Уплотнённый полдник								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,72	3,88	4,74	55,99	1,49
	216 КРАСН ОЕ	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	110/5	2,24	5,41	4,09	74,44	0,38
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,05	0,01	6,48	27,20	0,96
	КРАСН ОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,76	1,16	19,50	99,81	0,00
Итого			335	5,77	10,46	34,81	257,44	2,83
Всего				39,96	42,78	176,81	1 278,34	17,55