

07.09.2026

Меню-требование 12 (проживающие - приходящие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
250/6	Каша рисовая молочная жидкая <i>Рис, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-263, Бел-6, Жир-8, Угл-41
45	Бутерброд с джемом <i>Масло сливочное, джем, Хлеб пшеничный</i>	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко</i>	кКал-79, Бел-3, Жир-3, Угл-16
46	Хлеб Пшеничный.	кКал-49, Бел-3, Угл-23
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Завтрак		кКал- 593, Бел- 16, Жир- 14, Угл- 117
Обед		
100	Помидоры соленные	кКал-20, Бел-1, Угл-4
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем <i>Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода, Томат-паста, Сметана 13%</i>	кКал-86, Бел-2, Жир-5, Угл-8
120	Котлета из говядины <i>Мясо говядины бескостное, Хлеб пшеничный, молоко, Сухари панировочные, Масло сливочное</i>	кКал-343, Бел-21, Жир-21, Угл-17
180/8	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Масло сливочное</i>	кКал-304, Бел-10, Жир-9, Угл-44
30	Соус красный основной <i>Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый</i>	кКал-19, Жир-1, Угл-3
200	Компот из смеси сухофруктов <i>Смесь сухофруктов, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-110, Бел-1, Угл-27
68	Хлеб Пшеничный.	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Обед		кКал- 1024, Бел- 44, Жир- 37, Угл- 149
Полдник		
160	Омлет с сыром 160гр <i>Яйцо, молоко, Сыр, Масло сливочное</i>	кКал-395, Бел-22, Жир-33, Угл-3
10	Хлеб Пшеничный.	кКал-11, Бел-1, Угл-5
200	Апельсин	кКал-86, Угл-5
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 548, Бел-24, Жир-33, Угл-42
Итого за день		кКал- 2165, Бел-84, Жир-84, Угл-308



07.09.2026

Меню-требование 7 (проживающие - приходящие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
220/6	Каша рисовая молочная жидкая <i>Рис, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-240, Бел-6, Жир-8, Угл-37
45	Бутерброд с джемом <i>Масло сливочное, джем, Хлеб пшеничный</i>	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко</i>	кКал-79, Бел-3, Жир-3, Угл-16
30	Хлеб Пшеничный.	кКал-32, Бел-2, Угл-15
26	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9
Итого за Завтрак		кКал- 528, Бел-14, Жир-14, Угл-101
Обед		
100	Помидоры соленные	кКал-20, Бел-1, Угл-4
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем <i>Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода, Томат-паста, Сметана 13%</i>	кКал-86, Бел-2, Жир-5, Угл-8
110	Котлета из говядины <i>Мясо говядины бескостное, Хлеб пшеничный, молоко, Сухари панировочные, Масло сливочное</i>	кКал-315, Бел-20, Жир-19, Угл-16
150/7	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Масло сливочное</i>	кКал-253, Бел-9, Жир-9, Угл-37
30	Соус красный основной <i>Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый</i>	кКал-19, Жир-1, Угл-3
200	Компот из смеси сухофруктов <i>Смесь сухофруктов, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-110, Бел-1, Угл-27
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	Хлеб бородинский.	кКал-49, Бел-2, Угл-9
Итого за Обед		кКал- 905, Бел-39, Жир-34, Угл-129
Полдник		
160	Омлет с сыром 160гр <i>Яйцо, молоко, Сыр, Масло сливочное</i>	кКал-395, Бел-22, Жир-33, Угл-3
10	Хлеб Пшеничный.	кКал-11, Бел-1, Угл-5
200	Апельсин	кКал-86, Угл-5
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 548, Бел-24, Жир-33, Угл-42
Итого за день		кКал- 1981, Бел-77, Жир-81, Угл-272

