

Меню-требование 12(проживающие) 15.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250/6	Каша ячневая молочная вязкая <i>Крупа ячневая, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-309, Бел-9, Жир-8, Угл-49
20	Сыр (порциями)	кКал-73, Бел-5, Жир-6
200	Чай с молоком <i>Чай черный, Сахар-песок, молоко, Вода</i>	кКал-81, Бел-2, Жир-1, Угл-16
66	Хлеб Пшеничный.	кКал-70, Бел-5, Жир-1, Угл-32
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Завтрак		кКал- 603, Бел- 24, Жир- 16, Угл- 110
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с чесноком <i>Свекла, Чеснок, Масло подсолнечное</i>	кКал-131, Бел-2, Жир-5, Угл-9
250	Суп гороховый <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода</i>	кКал-99, Бел-2, Жир-4, Угл-14
120/40	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>Минтай филе замороженное, Вода, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное</i>	кКал-163, Бел-15, Жир-8, Угл-7
200	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-184, Бел-4, Жир-9, Угл-22
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного <i>Концентрат киселя, Вода, Сахар-песок</i>	кКал-122, Бел-1, Угл-29
68	Хлеб Пшеничный.	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Обед		кКал- 841, Бел- 32, Жир- 27, Угл- 127
<u>Полдник</u>		
50	Булочка с посыпкой	кКал-187, Бел-1, Жир-5, Угл-33
160	Киви	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Угл-13
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 318, Бел- 3, Жир- 6, Угл- 75
<u>Ужин 1</u>		
100	Салат из кукурузы с яйцом <i>Кукуруза консервированная, Яйцо, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	кКал-116, Бел-8, Жир-8, Угл-13
300	Говядина тушеная с капустой <i>Мясо говядины бескостное, Масло сливочное, Капуста свежая, Масло подсолнечное, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Лимонная кислота, Мука пшеничная</i>	кКал-420, Бел-13, Жир-28, Угл-12
185/15	Чай с джемом <i>Чай черный, Вода, джем</i>	кКал-60, Угл-15
66	Хлеб Пшеничный.	кКал-70, Бел-5, Жир-1, Угл-32
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Ужин 1		кКал- 736, Бел- 29, Жир- 37, Угл- 85
<u>Ужин 2</u>		
200	Кефир	кКал-100, Бел-6, Жир-5, Угл-8
Итого за Ужин 2		кКал-100, Бел-6, Жир-5, Угл-8
Итого за день		кКал- 2598, Бел- 94, Жир- 91, Угл- 405

Меню-требование 12 (приходящие) 15.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250/6	Каша ячневая молочная вязкая <i>Крупа ячневая, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-309, Бел-9, Жир-8, Угл-49
20	Сыр (порциями)	кКал-73, Бел-5, Жир-6
200	Чай с молоком <i>Чай черный, Сахар-песок, молоко, Вода</i>	кКал-81, Бел-2, Жир-1, Угл-16
66	Хлеб Пшеничный.	кКал-70, Бел-5, Жир-1, Угл-32
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Завтрак		кКал- 603, Бел- 24, Жир- 16, Угл- 110
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с чесноком <i>Свекла, Чеснок, Масло подсолнечное</i>	кКал-131, Бел-2, Жир-5, Угл-9
250	Суп гороховый <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода</i>	кКал-99, Бел-2, Жир-4, Угл-14
120/40	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>Минтай филе замороженное, Вода, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное</i>	кКал-163, Бел-15, Жир-8, Угл-7
200	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-184, Бел-4, Жир-9, Угл-22
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного <i>Концентрат киселя, Вода, Сахар-песок</i>	кКал-122, Бел-1, Угл-29
68	Хлеб Пшеничный.	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Обед		кКал- 841, Бел- 32, Жир- 27, Угл- 127
<u>Полдник</u>		
50	Булочка с посыпкой	кКал-187, Бел-1, Жир-5, Угл-33
160	Киви	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Угл-13
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 318, Бел- 3, Жир- 6, Угл- 75
Итого за день		кКал- 1762, Бел- 59, Жир- 49, Угл- 312



Меню-требование 7 (проживающие) 15.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220/6	Каша ячневая молочная вязкая <i>Крупа ячневая, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-272, Бел-7, Жир-7, Угл-39
20	Сыр (порциями)	кКал-73, Бел-5, Жир-6
200	Чай с молоком <i>Чай черный, Сахар-песок, молоко, Вода</i>	кКал-81, Бел-2, Жир-1, Угл-16
30	Хлеб Пшеничный.	кКал-32, Бел-2, Угл-15
26	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9
Итого за Завтрак		кКал- 503, Бел- 18, Жир- 14, Угл- 79
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с чесноком <i>Свекла, Чеснок, Масло подсолнечное</i>	кКал-131, Бел-2, Жир-5, Угл-9
250	Суп гороховый <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода</i>	кКал-99, Бел-2, Жир-4, Угл-14
110/40	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>Минтай филе замороженное, Вода, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное</i>	кКал-153, Бел-14, Жир-8, Угл-7
180	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-166, Бел-4, Жир-6, Угл-20
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного <i>Концентрат киселя, Вода, Сахар-песок</i>	кКал-122, Бел-1, Угл-29
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	Хлеб бородинский.	кКал-49, Бел-2, Угл-9
Итого за Обед		кКал- 677, Бел- 29, Жир- 23, Угл- 113
<u>Полдник</u>		
50	Булочка с посыпкой	кКал-187, Бел-1, Жир-5, Угл-33
160	Киви	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Угл-13
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 318, Бел- 3, Жир- 6, Угл- 75
<u>Ужин 1</u>		
100	Салат из кукурузы с яйцом <i>Кукуруза консервированная, Яйцо, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	кКал-116, Бел-8, Жир-8, Угл-13
280	Говядина тушеная с капустой <i>Мясо говядина бескостное, Масло сливочное, Капуста свежая, Масло подсолнечное, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Лимонная кислота, Мука пшеничная</i>	кКал-533, Бел-12, Жир-25, Угл-14
185/15	Чай с джемом <i>Чай черный, Вода, джем</i>	кКал-60, Угл-15
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
26	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9
Итого за Ужин 1		кКал- 807, Бел- 26, Жир- 33, Угл- 76
<u>Ужин 2</u>		
200	Кефир	кКал-100, Бел-6, Жир-5, Угл-8
Итого за Ужин 2		кКал-100, Бел-6, Жир-5, Угл-8
Итого за день		кКал- 2405, Бел- 82, Жир- 81, Угл- 351

Handwritten signature

Handwritten signature



Меню-требование 7 (приходящие) 15.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220/6	Каша ячневая молочная вязкая <i>Крупа ячневая, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-272, Бел-7, Жир-7, Угл-39
20	Сыр (порциями)	кКал-73, Бел-5, Жир-6
200	Чай с молоком <i>Чай черный, Сахар-песок, молоко, Вода</i>	кКал-81, Бел-2, Жир-1, Угл-16
30	Хлеб Пшеничный.	кКал-32, Бел-2, Угл-15
26	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9
Итого за Завтрак		кКал- 503, Бел- 18, Жир- 14, Угл- 79
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с чесноком <i>Свекла, Чеснок, Масло подсолнечное</i>	кКал-131, Бел-2, Жир-5, Угл-9
250	Суп гороховый <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода</i>	кКал-99, Бел-2, Жир-4, Угл-14
110/40	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>Минтай филе замороженное, Вода, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное</i>	кКал-153, Бел-14, Жир-8, Угл-7
180	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-166, Бел-4, Жир-6, Угл-20
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного <i>Концентрат киселя, Вода, Сахар-песок</i>	кКал-122, Бел-1, Угл-29
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	Хлеб бородинский.	кКал-49, Бел-2, Угл-9
Итого за Обед		кКал- 677, Бел- 29, Жир- 23, Угл- 113
<u>Полдник</u>		
50	Булочка с посыпкой	кКал-187, Бел-1, Жир-5, Угл-33
160	Киви	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Угл-13
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 318, Бел- 3, Жир- 6, Угл- 75
Итого за день		кКал- 1498, Бел- 50, Жир- 43, Угл- 267

Handwritten signature

Handwritten signature

