

04.09.2026

Меню-требование 12 (приходящие-проживающие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак

320	Запеканка из творога <i>Творог, Крупа манная, молоко, Яйцо, Сахар-песок, Ванилин, Сметана 15%, Сухари панировочные, Масло сливочное</i>	кКал-295, Бел-11, Жир-14, Угл-11
20/10	Бутерброд с маслом <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	кКал-109, Бел-2, Жир-6, Угл-11
40	Молоко сгущенное с сахаром	кКал- 25, Бел-2, Жир-5, Угл- 5
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок, Сахар-песок, молоко, Вода</i>	кКал-167, Бел-5, Жир-4, Угл-29
46	Хлеб Пшеничный.	кКал-49, Бел-3, Угл-23
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13

Итого за Завтрак кКал- 715, Бел- 26, Жир- 29, Угл- 92

Обед

100	Салат из свежих помидор и перцев	кКал-64, Бел-1, Жир-5, Угл-4
250/10	Борщ с капустой и картофелем <i>Свекла, Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Томат-паста, Вода, Сметана 15%</i>	кКал-95, Бел-2, Жир-5, Угл-11
120	Биточки <i>Мясо говядина бескостное</i>	кКал-328, Бел-22, Жир-21, Угл-6
200	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-193, Бел-8, Жир-1, Угл-39
200	Напиток из шиповника <i>Шиповник, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-97, Бел-1, Угл-23
68	Хлеб Пшеничный.	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13

Итого за Обед кКал- 919, Бел- 42, Жир- 33, Угл- 129

Полдник

60	Булочка <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло подсолнечное, Масло сливочное, Яйцо, молоко, Дрожжи прессованные,</i>	кКал-198, Бел-4, Жир-3, Угл-36
180	Мандарин	кКал-85, Бел-1, Угл-3
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29

Итого за Полдник кКал- 339, Бел- 6, Жир- 3, Угл- 68

Итого за день кКал- 1973, Бел- 74, Жир- 65, Угл- 289



04.09.2026

Меню-требование 7 (приходящие-проживающие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак

270	Запеканка из творога <i>Творог, Крупа манная, молоко, Яйцо, Сахар-песок, Ванилин, Сметана 15%, Сухари панировочные, Масло сливочное</i>	кКал-265, Бел- 9, Жир- 7, Угл- 9
20/10	Бутерброд с маслом <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	кКал-109, Бел-2, Жир-6, Угл-11
40	Молоко сгущенное с сахаром	кКал- 25, Бел-2, Жир-5, Угл- 5
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок, Сахар-песок, молоко, Вода</i>	кКал-167, Бел-5, Жир-4, Угл-29
30	Хлеб Пшеничный.	кКал-32, Бел-2, Угл-15
26	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9

Итого за Завтрак кКал- 643, Бел- 22, Жир- 22, Угл- 78

Обед

100	Салат из свежих помидор и перцев	кКал-64, Бел-1, Жир-5, Угл-4
250/10	Борщ с капустой и картофелем <i>Свекла, Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Томат-паста, Вода, Сметана 15%</i>	кКал-95, Бел-2, Жир-5, Угл-11
110	Биточки <i>Мясо говядина бескостное</i>	кКал-262, Бел-18, Жир-19, Угл-4
150	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-145, Бел-6, Жир-1, Угл-29
200	Напиток из шиповника <i>Шиповник, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-97, Бел-1, Угл-23
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9

Итого за Обед кКал- 761, Бел- 34, Жир- 30, Угл- 105

Полдник

60	Булочка <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло подсолнечное, Масло сливочное, Яйцо, молоко, Дрожжи прессованные,</i>	кКал-198, Бел-4, Жир-3, Угл-36
180	Мандарин	кКал-85, Бел-1, Угл-3
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29

Итого за Полдник кКал- 339, Бел- 6, Жир- 3, Угл- 68

Итого за день кКал- 1743, Бел- 62, Жир- 55, Угл- 251

