

Меню-требование 7 (приходящие) 23.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220/6	Каша пшенная молочная жидкая <i>Крупа пшенная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-400, Бел-9, Жир-6, Угл-11
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
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
26	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9
Итого за <u>Завтрак</u>		кКал- 652, Бел-22, Жир-13, Угл-61
<u>Обед</u>		
100	Салат из свежих огурцов <i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное</i>	кКал-102, Бел-1, Жир-5, Угл-2
250/10	Суп крестьянский с крупой <i>Капуста свежая, Картофель, Рис, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода, Сметана 15%</i>	кКал-290, Бел-2, Жир-8, Угл-15
280	Жаркое по-домашнему <i>Картофель, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Мясо говядины бескостное</i>	кКал-185, Бел-15, Жир-20, Угл-18
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-49, Бел-2, Угл-9
Итого за Обед		кКал- 776, Бел-25, Жир-33, Угл-92
<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- 1746, Бел-50, Жир-52, Угл-228





Меню-требование 7 (проживающие) 23.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220/6	Каша пшенная молочная жидкая <i>Крупа пшенная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-400, Бел-9, Жир-6, Угл-11
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
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
26	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9
Итого за <u>Завтрак</u>		кКал- 652, Бел-22, Жир-13, Угл-61
<u>Обед</u>		
100	Салат из свежих огурцов <i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное</i>	кКал-102, Бел-1, Жир-5, Угл-2
250/10	Суп крестьянский с крупой <i>Капуста свежая, Картофель, Рис, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода, Сметана 15%</i>	кКал-290, Бел-2, Жир-8, Угл-15
280	Жаркое по-домашнему 300 <i>Картофель, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Мясо говядины бескостное</i>	кКал-185, Бел-15, Жир-20, Угл-18
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-49, Бел-2, Угл-9
Итого за Обед		кКал- 776, Бел-25, Жир-33, Угл-92
<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
110	Оладьи из печени по-кунецки <i>Печень говяжья замороженная, Морковь, Мука пшеничная, Яйцо, Масло сливочное</i>	кКал-244, Бел-8, Жир-13, Угл-13
150	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Масло сливочное</i>	кКал-132, Бел-3, Жир-3, Угл-10
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- 650, Бел-25, Жир-24, 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- 2496, Бел-81, Жир-81, Угл-321





Меню-требование 12(приходящие) 23.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
250/6	Каша пшенинная молочная жидкая <i>Крупа пшениная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-454, Бел-10, Жир-7, Угл-13
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- 748, Бел-25, Жир-15, Угл-73

Обед		
100	Салат из свежих огурцов <i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное</i>	кКал-102, Бел-1, Жир-5, Угл-2
250/10	Суп крестьянский с крупой <i>Капуста свежая, Картофель, Рис, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода, Сметана 15%</i>	кКал-290, Бел-2, Жир-8, Угл-15
300	Жаркое по-домашнему <i>Картофель, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Мясо говядины бескостное</i>	кКал-317, Бел-38, Жир-32, Угл-23
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- 948, Бел-50, Жир-46, Угл-109

Полдник		
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- 2014, Бел-78, Жир-67, Угл-257





Меню-требование 12(проживающие) 23.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
220/6	Каша пшенинная молочная жидкая <i>Крупа пшениная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-400, Бел-9, Жир-6, Угл-11
250/6	Каша пшенинная молочная жидкая <i>Крупа пшениная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-454, Бел-10, Жир-7, Угл-13
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- 748, Бел-25, Жир-15, Угл-73

Обед		
100	Салат из свежих огурцов <i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное</i>	кКал-102, Бел-1, Жир-5, Угл-2
250/10	Суп крестьянский с крупой <i>Капуста свежая, Картофель, Рис, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Вода, Сметана 15%</i>	кКал-290, Бел-2, Жир-8, Угл-15
300	Жаркое по-домашнему <i>Картофель, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Мясо говядины бескостное</i>	кКал-317, Бел-38, Жир-32, Угл-23
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- 948, Бел-50, Жир-46, Угл-109

Полдник		
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

Ужин 1		
100	Салат из кукурузы с яйцом <i>Кукуруза консервированная, Яйцо, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	кКал-116, Бел-8, Жир-8, Угл-13
120	Оладьи из печени по-кунцевски <i>Печень говяжья замороженная, Морковь, Мука пшеничная, Яйцо, Масло сливочное</i>	кКал-266, Бел-11, Жир-14, Угл-14
180	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Масло сливочное</i>	кКал-251, Бел-6, Жир-4, Угл-11
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- 833, Бел-33, Жир-27, Угл-98

Ужин 2		
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- 2947, Бел-117, Жир-99, Угл-363



