

Меню-требование 7 (приходящие) 29.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220/6	Каша пшенинная молочная жидкая <i>Крупа пшениная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-400, Бел-9, Жир-6, Угл- 11
45	Бутерброд с маслом и сыром <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный, Сыр</i>	кКал-208, Бел-11, Жир-10, Угл- 9
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- 852, Бел- 29, Жир- 20, Угл- 73
<u>Обед</u>		
100	Салат из капусты белокочанной <i>Капуста свежая, Морковь, Лук репчатый, Лимонная кислота, Масло подсолнечное</i>	кКал-136, Бел-2, Жир-5, Угл-2
250/10	Рассольник Ленинградский с перловой крупой <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло подсолнечное, Сметана 15%</i>	кКал 194, Бел-5, Жир-11, Угл-32
110	Котлета рубленая из филе птицы <i>Филе цыплят бройлеров, Хлеб пшеничный, молоко, Сухари панировочные, Масло подсолнечное</i>	кКал-206, Бел-16, Жир-12, Угл-10
150	Макароны отварные <i>Макаронные изделия, Масло сливочное</i>	кКал-145, Бел-6, Жир-1, Угл- 11
200	Компот из кураги <i>Курага, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-93, Угл-22
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9
Итого за Обед		кКал- 872, Бел- 35, Жир- 29, Угл- 111
<u>Полдник</u>		
50	Печенье	кКал-235, Бел-5, Жир-8, Угл-16
180	Яблоки свежие	кКал-85, Бел-1, Угл-3
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 376, Бел- 7, Жир- 8, Угл- 48
Итого за день		кКал- 2100, Бел- 71, Жир- 57, Угл- 232

В.И.Ф.

М



Меню-требование 7 (проживающие) 29.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220/6	Каша пшенинная молочная жидкая <i>Крупа пшениная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-400, Бел-9, Жир-6, Угл- 11
45	Бутерброд с маслом и сыром <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный, Сыр</i>	кКал-208, Бел-11, Жир-10, Угл-9
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- 852, Бел- 29, Жир- 20, Угл- 73
<u>Обед</u>		
100	Салат из капусты белокочанной <i>Капуста свежая, Морковь, Лук репчатый, Лимонная кислота, Масло подсолнечное</i>	кКал-136, Бел-2, Жир-5, Угл-2
250/10	Рассольник Ленинградский с перловой крупой <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло подсолнечное, Сметана 15%</i>	кКал 194, Бел-5, Жир-11, Угл-32
110	Котлета рубленая из филе птицы <i>Филе цыплят бройлеров, Хлеб пшеничный, молоко, Сухари панировочные, Масло подсолнечное</i>	кКал-206, Бел-16, Жир-12, Угл-10
150	Макароны отварные <i>Макаронные изделия, Масло сливочное</i>	кКал-145, Бел-6, Жир-1, Угл- 11
200	Компот из кураги <i>Курага, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-93, Угл-22
50	Хлеб Пшеничный.	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	Хлеб бородинский.	кКал-45, Бел-2, Угл-9
Итого за Обед		кКал- 872, Бел- 35, Жир- 29, Угл- 111
<u>Полдник</u>		
50	Печенье	кКал-235, Бел-5, Жир-8, Угл-16
180	Яблоки свежие	кКал-85, Бел-1, Угл-3
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 376, Бел- 7, Жир- 8, Угл- 48
Итого за Ужин 1		кКал- 458, Бел- 11, Жир- 22, Угл- 53
<u>Ужин 2</u>		
200	Йогурт питьевой	кКал-174, Бел-10, Жир-6, Угл-17
Итого за Ужин 2		кКал-174, Бел-10, Жир-6, Угл-17
Итого за день		кКал- 2732, Бел- 92, Жир- 85, Угл- 302

В.И.Ф.

М



Меню-требование 12(проживающие) 29.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250/6	Каша пшеничная молочная жидкая <i>Крупа пшеничная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-454, Бел-10, Жир-7, Угл-13
45	Бутерброд с маслом и сыром <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный, Сыр</i>	кКал-208, Бел-11, Жир-10, Угл-9
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- 948, Бел- 32, Жир- 21, Угл- 87
<u>Обед</u>		
100	Салат из капусты белокачанной <i>Капуста свежая, Морковь, Лук репчатый, Лимонная кислота, Масло подсолнечное</i>	кКал-136, Бел-2, Жир-5, Угл-2
250/10	Рассольник Ленинградский с перловой крупой <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло подсолнечное, Сметана 15%</i>	кКал- 194, Бел-5, Жир-11, Угл-32
120	Котлета рубленая из филе птицы <i>Филе цыплят бройлеров, Хлеб пшеничный, молоко, Сухари панировочные, Масло подсолнечное</i>	кКал-226, Бел-18, Жир-13, Угл-11
200	Макароны отварные <i>Макаронные изделия, Масло сливочное</i>	кКал-193, Бел-8, Жир-1, Угл-13
200	Компот из кураги <i>Курага, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-93, Угл-22
68	Хлеб Пшеничный.	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Обед		кКал- 984, Бел- 39, Жир- 26, Угл- 124
<u>Полдник</u>		
50	Печенье	кКал-235, Бел-5, Жир-8, Угл-16
180	Яблоки свежие	кКал-85, Бел-1, Угл-3
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 376, Бел- 7, Жир- 8, Угл- 48
<u>Ужин 1</u>		
100	Салат из моркови с зеленым горошком. <i>Морковь, Горошек зеленый, Масло подсолнечное</i>	кКал-122, Бел-2, Жир-10, Угл-6
80/40	Печень "говяжья по-строгановски" <i>Печень говяжья замороженная, Масло сливочное, Сметана 15%, Мука пшеничная, Вода, Томат-паста</i>	кКал-163, Бел-2, Жир-14
200	Картофель отварной <i>Картофель, Масло сливочное</i>	кКал-130, Бел-4, Жир-8, Угл-7
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-60, Угл-8
44	Хлеб Пшеничный.	кКал-47, Бел-3, Угл-22
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Ужин 1		кКал- 592, Бел- 14, Жир- 32, Угл- 56
<u>Ужин 2</u>		
200	Йогурт питьевой	кКал-174, Бел-10, Жир-6, Угл-17
Итого за Ужин 2		кКал-174, Бел-10, Жир-6, Угл-17
Итого за день		кКал- 3074, Бел- 102, Жир- 87, Угл- 332

Меню-требование 12(приходящие) 29.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250/6	Каша пшеничная молочная жидкая <i>Крупа пшеничная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-454, Бел-10, Жир-7, Угл-13
45	Бутерброд с маслом и сыром <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный, Сыр</i>	кКал-208, Бел-11, Жир-10, Угл-9
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- 948, Бел- 32, Жир- 21, Угл- 87
<u>Обед</u>		
100	Салат из капусты белокачанной <i>Капуста свежая, Морковь, Лук репчатый, Лимонная кислота, Масло подсолнечное</i>	кКал-136, Бел-2, Жир-5, Угл-2
250/10	Рассольник Ленинградский с перловой крупой <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло подсолнечное, Сметана 15%</i>	кКал-149, Бел-5, Жир-11, Угл-32
120	Котлета рубленая из филе птицы <i>Филе цыплят бройлеров, Хлеб пшеничный, молоко, Сухари панировочные, Масло подсолнечное</i>	кКал-226, Бел-18, Жир-13, Угл-11
200	Макароны отварные <i>Макаронные изделия, Масло сливочное</i>	кКал-193, Бел-8, Жир-1, Угл-13
200	Компот из кураги <i>Курага, Сахар-песок, Вода</i>	кКал-93, Угл-22
68	Хлеб Пшеничный.	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	Хлеб бородинский.	кКал-70, Бел-3, Угл-13
Итого за Обед		кКал- 984, Бел- 39, Жир- 26, Угл- 124
<u>Полдник</u>		
50	Печенье	кКал-235, Бел-5, Жир-8, Угл-16
180	Яблоки свежие	кКал-85, Бел-1, Угл-3
200	Сок в ассортименте	кКал-56, Бел-1, Угл-29
Итого за Полдник		кКал- 376, Бел- 7, Жир- 8, Угл- 48
Итого за день		кКал- 2308, Бел- 67, Жир- 55, Угл- 259

