Меню-требование 12(проживающие) 19.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
250/6	**Каша гречневая вязкая на молоке** Крупа гречневая, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное	кКал-307, Бел-10, Жир-10, Угл-44
45	**Бутерброд с джемом** Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	**Кофейный напиток с молоком** Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко	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-637, Бел-20, Жир-16, Угл-120
	Обед	
100	**Салат из свеклы с яблоками** Свекла, Яблоки, Масло подсолнечное	кКал-99, Бел-1, Жир-5, Угл-11
250/10	**Суп овощной с фасолью.** Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Фасоль , Масло сливочное , Вода, Сметана 15%	кКал-156, Бел-1, Жир-4, Угл-15
120	**Рыба отварная** Горбуша с/м ,б/г,потрашеная, Лук репчатый, Морковь	кКал-95, Бел-21, Жир-1
200	**Картофельное пюре** Картофель, молоко, Масло сливочное	кКал-184, Бел-4, Жир-9, Угл-22
200	**Компот из клюквы** Клюква б/з, Вода, Сахар-песок	кКал-60, Угл-17
68	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	**Хлеб бородинский.**	кКал-70, Бел-3, Угл-13
	Итого за Обед	кКал-736, Бел-35, Жир-20, Угл-111
	Полдник	
40	**Яйцо вареное**	кКал-63, Бел-5, Жир-1
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-216, Бел-7, Жир-1, Угл-39
	Ужин 1	
100	**Салат из свежих помидоров** Помидоры, Лук репчатый, Масло подсолнечное	кКал-100, Бел-1, Жир-5, Угл-4
120	**Биточки мясные запеченные** Мясо говядина бескостное, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, молоко, Масло сливочное	кКал-343, Бел-24, Жир-21, Угл-17
200	**Капуста тушеная** Капуста свежая, Масло подсолнечное , Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Мука пшеничная, Лимонная кислота	кКал-126, Бел-7, Жир-7, Угл-8
200	**Чай с лимоном** Чай черный, Вода, Сахар-песок, Лимоны	кКал-62, Угл-15
33	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-35, Бел-3, Угл-16
40	**Хлеб бородинский.**	кКал-70, Бел-3, Угл-13
	Итого за Ужин 1	кКал-736, Бел-38, Жир-33, Угл-73
	Ужин 2	
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-2 499, Бел-110, Жир-76, Угл-360

МБОУ С(К)ШИ № 37

Меню-требование 12(приходящие) 19.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
250/6	**Каша гречневая вязкая на молоке** Крупа гречневая, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное	кКал-307, Бел-10, Жир-10, Угл-44
45	**Бутерброд с джемом** Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	**Кофейный напиток с молоком** Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко	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-637, Бел-20, Жир-16, Угл-120
	Обед	
100	**Салат из свеклы с яблоками** Свекла, Яблоки, Масло подсолнечное	кКал-99, Бел-1, Жир-5, Угл-11
250/10	**Суп овощной с фасолью.** Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Фасоль , Масло сливочное , Вода, Сметана 15%	кКал-156, Бел-1, Жир-4, Угл-15
120	**Рыба отварная** Горбуша с/м ,б/г,потрашеная, Лук репчатый, Морковь	кКал-95, Бел-21, Жир-1
200	**Картофельное пюре** Картофель, молоко, Масло сливочное	кКал-184, Бел-4, Жир-9, Угл-22
200	**Компот из клюквы** Клюква б/з, Вода, Сахар-песок	кКал-60, Угл-17
68	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	**Хлеб бородинский.**	кКал-70, Бел-3, Угл-13
	Итого за Обед	кКал-736, Бел-35, Жир-20, Угл-111
	Полдник	
40	**Яйцо вареное**	кКал-63, Бел-5, Жир-1
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-216, Бел-7, Жир-1, Угл-39
	Итого за день	кКал- 1589, Бел-62, Жир-37, Угл-270

МБОУ С(К)ШИ № 37

Меню-требование 7 (проживающие) 19.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
220/6	**Каша гречневая вязкая на молоке** *Крупа гречневая, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное*	кКал-270, Бел-9, Жир-9, Угл-39
45	**Бутерброд с джемом** *Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный*	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	**Кофейный напиток с молоком** *Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко*	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- 558, Бел-17, Жир-15, Угл-103
	Обед	
100	**Салат из свеклы с яблоками** *Свекла, Яблоки, Масло подсолнечное*	кКал-99, Бел-1, Жир-5, Угл-11
250/10	**Суп овощной с фасолью.** *Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Фасоль , Масло сливочное , Вода, Сметана 15%*	кКал-156, Бел-1, Жир-4, Угл-15
110	**Рыба отварная** *Горбуша с/м ,б/г,потрашеная, Лук репчатый, Морковь*	кКал-87, Бел-20, Жир-1
150	**Картофельное пюре** *Картофель, молоко, Масло сливочное*	кКал-138, Бел-3, Жир-5, Угл-16
200	**Компот из клюквы** *Клюква б/з, Вода, Сахар-песок*	кКал-60, Угл-17
50	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	**Хлеб бородинский.**	кКал-49, Бел-2, Угл-9
	Итого за Обед	кКал-642, Бел-31, Жир-15, Угл-93
	Полдник	
40	**Яйцо вареное**	кКал-63, Бел-5, Жир-1
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-216, Бел-7, Жир-1, Угл-39
	Ужин 1	
100	**Салат из свежих помидоров** *Помидоры, Лук репчатый, Масло подсолнечное*	кКал-100, Бел-1, Жир-5, Угл-4
110	**Биточки мясные запеченные** *Мясо говядина бескостное, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, молоко, Масло сливочное*	кКал-315, Бел-20, Жир-19, Угл-16
180	**Капуста тушеная** *Капуста свежая, Масло подсолнечное , Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Мука пшеничная,*	кКал-113, Бел-7, Жир-7, Угл-7
200	**Чай с лимоном** *Чай черный, Вода, Сахар-песок, Лимоны*	кКал-62, Угл-15
20	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-21, Бел-2, Угл-10
26	**Хлеб бородинский.**	кКал-45, Бел-2, Угл-9
	Итого за Ужин 1	кКал-656, Бел-32, Жир-31, Угл-61
	Ужин 2	
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-2 246, Бел-97, Жир-68, Угл-313

МБОУ С(К)ШИ № 37

Меню-требование 7 (приходящие) 19.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
220/6	**Каша гречневая вязкая на молоке** *Крупа гречневая, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное*	кКал-270, Бел-9, Жир-9, Угл-39
45	**Бутерброд с джемом** *Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный*	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	**Кофейный напиток с молоком** *Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко*	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- 558, Бел-17, Жир-15, Угл-103
	Обед	
100	**Салат из свеклы с яблоками** *Свекла, Яблоки, Масло подсолнечное*	кКал-99, Бел-1, Жир-5, Угл-11
250/10	**Суп овощной с фасолью.** *Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Фасоль , Масло сливочное , Вода, Сметана 15%*	кКал-156, Бел-1, Жир-4, Угл-15
110	**Рыба отварная** *Горбуша с/м ,б/г,потрашеная, Лук репчатый, Морковь*	кКал-87, Бел-20, Жир-1
150	**Картофельное пюре** *Картофель, молоко, Масло сливочное*	кКал-138, Бел-3, Жир-5, Угл-16
200	**Компот из клюквы** *Клюква б/з, Вода, Сахар-песок*	кКал-60, Угл-17
50	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	**Хлеб бородинский.**	кКал-49, Бел-2, Угл-9
	Итого за Обед	кКал-642, Бел-31, Жир-15, Угл-93
	Полдник	
40	**Яйцо вареное**	кКал-63, Бел-5, Жир-1
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-216, Бел-7, Жир-1, Угл-39
	Итого за день	кКал- 1416, Бел-55, Жир-31, Угл-235