

Меню-требование 7 (проживающие) 08.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220/6	Каша гречневая вязкая на молоке <i>Крупа гречневая, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-270, Бел-9, Жир-9, Угл-39
45	Бутерброд с джемом <i>Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный</i>	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко</i>	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
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с яблоками <i>Свекла, Яблоки, Масло подсолнечное</i>	кКал-99, Бел-1, Жир-5, Угл-11
250/10	Суп овощной с фасолью. <i>Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Фасоль , Масло сливочное , Вода, Сметана 15%</i>	кКал-156, Бел-1, Жир-4, Угл-15
110	Рыба отварная <i>Горбуша с/м, б/э,потрашенная, Лук репчатый, Морковь</i>	кКал-87, Бел-20, Жир-1
150	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-138, Бел-3, Жир-5, Угл-16
200	Компот из клюквы <i>Клюква б/э, Вода, Сахар-песок</i>	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
<u>Полдник</u>		
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
<u>Ужин 1</u>		
100	Салат из свежих помидоров <i>Помидоры, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	кКал-100, Бел-1, Жир-5, Угл-4
110	Биточки мясные запеченные <i>Мясо говядина бескостное, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-315, Бел-20, Жир-19, Угл-16
180	Капуста тушеная <i>Капуста свежая, Масло подсолнечное , Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Мука пшеничная,</i>	кКал-113, Бел-7, Жир-7, Угл-7
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Вода, Сахар-песок, Лимоны</i>	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
<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-2 246, Бел-97, Жир-68, Угл-313

Меню-требование 7 (приходящие) 08.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220/6	Каша гречневая вязкая на молоке <i>Крупа гречневая, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-270, Бел-9, Жир-9, Угл-39
45	Бутерброд с джемом <i>Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный</i>	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко</i>	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
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с яблоками <i>Свекла, Яблоки, Масло подсолнечное</i>	кКал-99, Бел-1, Жир-5, Угл-11
250/10	Суп овощной с фасолью. <i>Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Фасоль , Масло сливочное , Вода, Сметана 15%</i>	кКал-156, Бел-1, Жир-4, Угл-15
110	Рыба отварная <i>Горбуша с/м, б/э,потрашенная, Лук репчатый, Морковь</i>	кКал-87, Бел-20, Жир-1
150	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-138, Бел-3, Жир-5, Угл-16
200	Компот из клюквы <i>Клюква б/э, Вода, Сахар-песок</i>	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
<u>Полдник</u>		
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



Меню-требование 12(проживающие) 08.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
250/6	Каша гречневая вязкая на молоке <i>Крупа гречневая, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-307, Бел-10, Жир-10, Угл-44
45	Бутерброд с джемом <i>Масло сливочное, джем, Хлеб пшеничный</i>	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко</i>	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 <i>Свекла, Яблоки, Масло подсолнечное</i>	кКал-99, Бел-1, Жир-5, Угл-11
250/10	Суп овощной с фасолью. <i>Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Фасоль, Масло сливочное, Вода, Сметана 15%</i>	кКал-156, Бел-1, Жир-4, Угл-15
120	Рыба отварная <i>Горбуша с/м, б/с, потрошенная, Лук репчатый, Морковь</i>	кКал-95, Бел-21, Жир-1
200	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-184, Бел-4, Жир-9, Угл-22
200	Компот из клюквы <i>Клюква б/з, Вода, Сахар-песок</i>	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 <i>Помидоры, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	кКал-100, Бел-1, Жир-5, Угл-4
120	Биточки мясные запеченные <i>Мясо говядина бескостное, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-343, Бел-24, Жир-21, Угл-17
200	Капуста тушеная <i>Капуста свежая, Масло подсолнечное, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Мука пшеничная, Лимонная кислота</i>	кКал-126, Бел-7, Жир-7, Угл-8
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Вода, Сахар-песок, Лимоны</i>	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

Меню-требование 12(приходящие) 08.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
250/6	Каша гречневая вязкая на молоке <i>Крупа гречневая, молоко, Вода, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-307, Бел-10, Жир-10, Угл-44
45	Бутерброд с джемом <i>Масло сливочное, джем, Хлеб пшеничный</i>	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко</i>	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 <i>Свекла, Яблоки, Масло подсолнечное</i>	кКал-99, Бел-1, Жир-5, Угл-11
250/10	Суп овощной с фасолью. <i>Капуста свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Фасоль, Масло сливочное, Вода, Сметана 15%</i>	кКал-156, Бел-1, Жир-4, Угл-15
120	Рыба отварная <i>Горбуша с/м, б/с, потрошенная, Лук репчатый, Морковь</i>	кКал-95, Бел-21, Жир-1
200	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, Масло сливочное</i>	кКал-184, Бел-4, Жир-9, Угл-22
200	Компот из клюквы <i>Клюква б/з, Вода, Сахар-песок</i>	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

