

МЕНЮ

25 мая 2026 г.

5 -"Б"

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
II Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,85	12,27	23,70	424,28	0,00
2008	444	ОЛАДЬИ	80	5,82	10,62	31,51	204,97	0,78
2008		ВАРЕНЬЕ	40	0,00	0,00	17,46	69,84	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	8,61	17,30	9,90	171,60	0,21
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,00	0,00	14,52	43,50	0,00
2008		МЕД	40	0,31	0,00	31,16	103,98	0,00
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	24,00	76,00	0,00
Итого			820	21,59	40,19	152,25	1 094,17	0,99
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,41	5,16	6,88	52,85	10,66
к/к	к/к	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	70	0,91	0,07	3,42	18,17	139,74
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	250/14/30	14,21	16,69	36,29	256,08	14,59
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	350/50	37,20	35,47	36,41	472,78	37,43
	598	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	0,21	0,00	29,93	113,77	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	4,63	0,62	29,67	142,77	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,40	0,30	14,73	65,40	0,00
Итого			1164	60,97	58,31	157,33	1 121,82	202,42
Полдник								
2008		СДОБА	50	3,65	6,65	25,55	126,50	0,00
к/к	к/к	ФРУКТ	250	2,25	0,25	23,79	112,68	25,04
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	24,00	76,00	0,00
		ТВОРОЖОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНД, УПАКОВКЕ	100	7,37	4,07	10,28	107,67	0,00
Итого			600	13,27	10,97	83,62	422,85	25,04
Ужин								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	120	1,31	5,23	5,37	52,70	2,44
к/к	к/к	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАН	70	1,20	9,35	3,59	104,06	4,92
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	140	29,48	24,96	13,24	312,21	0,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,54	5,42	41,77	186,88	0,00
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	120	19,65	21,99	23,67	262,19	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,58	0,00	15,74	50,72	0,12
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	4,63	0,62	29,67	142,77	0,00
к/к	к/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	200	5,60	5,00	9,02	72,62	1,40
Итого			1100	68,99	72,57	142,07	1 184,15	8,88
Ужин 2								
2008	8	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ ЛОСОСЕВОЙ	80	9,73	10,61	24,63	186,60	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,64	0,01	15,94	53,03	1,24
2008		ПРЯНИКИ	100	5,90	4,70	75,00	214,00	0,00
к/к	к/к	ФРУКТ	250	1,00	0,75	25,77	117,58	12,51
2008		СУХОФРУКТЫ	30	1,56	0,09	15,30	54,60	0,00
Итого			667	18,83	16,16	156,64	625,81	13,75
Всего			183,65	198,20	691,91	4 448,80	251,08	

МЕНЮ

25 мая 2026 г.

5 - "В"

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
II Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,85	12,27	23,70	424,28	0,00
2008	444	ОЛАДЫ	80	5,82	10,62	31,51	204,97	0,78
2008		ВАРЕНЬЕ	50	0,00	0,00	21,83	87,30	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	8,61	17,30	9,90	171,60	0,21
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,00	0,00	14,52	43,50	0,00
2008		МЕД	50	0,39	0,00	38,95	129,98	0,00
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	24,00	76,00	0,00
Итого			840	21,67	40,19	164,41	1 137,63	0,99
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,41	5,16	6,88	52,85	10,66
к/к	к/к	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	70	0,91	0,07	3,42	18,17	139,74
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	250/14/30	14,45	16,74	38,28	263,04	15,60
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	350/50	38,74	38,59	53,38	537,20	37,03
	598	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200	0,21	0,00	37,67	136,97	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	100	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,40	0,30	14,73	65,40	0,00
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	24,00	76,00	0,00
Итого			1394	64,74	61,74	220,75	1 353,59	203,03
Полдник								
2008		СДОБА	50	3,65	6,65	25,55	126,50	0,00
к/к	к/к	ФРУКТ	250	2,25	0,25	23,79	112,68	25,04
		ТВОРОЖОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНД, УПАКОВКЕ	100	7,37	4,07	10,28	107,67	0,00
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	24,00	76,00	0,00
Итого			600	13,27	10,97	83,62	422,85	25,04
Ужин								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	120	1,31	5,23	5,37	52,70	2,44
к/к	к/к	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАН	70	1,20	9,35	3,59	104,06	4,92
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	140	30,48	28,76	13,29	333,29	0,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,54	5,42	41,77	186,88	0,00
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	120	19,65	21,99	23,67	262,19	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,58	0,00	15,74	50,72	0,12
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	130	8,61	1,14	55,11	265,15	0,00
к/к	к/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	250	7,00	6,25	11,28	90,78	1,75
Итого			1210	75,37	78,14	169,82	1 345,77	9,23
Ужин 2								
2008	8	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ ЛОСОСЕВОЙ	80	9,73	10,61	24,63	186,60	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,64	0,01	15,94	53,03	1,24
2008		ПРЯНИКИ	100	5,90	4,70	75,00	214,00	0,00
к/к	к/к	ФРУКТ	250	1,00	0,75	25,77	117,58	12,51
2008		СУХОФРУКТЫ	50	2,60	0,15	25,50	91,00	0,00
Итого			687	19,87	16,22	166,84	662,21	13,75
Всего			840	194,92	207,26	805,44	4 922,05	252,04