

МЕНЮ

29 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								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,56	8,77	41,80	203,10	0,00
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	130	13,87	30,14	0,50	278,68	0,00
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	90	16,37	19,33	9,90	186,17	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,00	0,00	14,52	43,50	0,00
		ТВОРОЖОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНД, УПАКОВКЕ	100	7,37	4,07	10,28	107,67	0,00
2008		СУХОФРУКТЫ	30	1,56	0,09	15,30	54,60	0,00
2008		МЕД	40	0,31	0,00	31,16	103,98	0,00
Итого			770	46,04	62,40	123,46	977,70	0,00
Обед								
2017	30	САЛАТ ИЗ РЕДИСА	100	2,57	6,47	2,96	51,85	22,00
к/к	к/к	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАН	70	1,19	9,31	3,57	103,60	4,90
2008	89	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/30/20	12,88	19,36	24,11	247,52	13,47
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	140	28,49	24,06	13,18	303,62	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,49	12,64	46,78	204,82	0,00
	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
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	24,00	76,00	0,00
Итого			1290	56,86	72,76	188,93	1 309,35	40,37
Полдник								
к/к	к/к	ФРУКТ	250	2,25	0,50	20,24	107,46	149,95
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	22,00	68,00	0,00
2008		ЗЕФИР	100	0,80	0,10	79,80	216,00	0,00
Итого			550	3,05	0,60	122,04	391,46	149,95
Ужин								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	120	1,35	5,23	5,50	53,52	2,44
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	400	25,68	54,62	40,51	478,45	20,91
2008	8	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ ЛОСОСЕВОЙ	80	12,57	11,54	24,63	205,50	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	ФРУКТ	250	2,25	0,25	23,79	112,68	25,04
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	200	5,60	5,00	9,02	72,62	1,40
2008		ВАРЕНЬЕ	50	0,00	0,00	21,83	87,30	0,00
Итого			1420	53,06	77,31	171,54	1 210,06	52,41
Ужин 2								
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	100	16,21	13,68	19,72	189,74	0,70
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,58	0,00	15,74	50,72	0,12
2008		ШОКОЛАД	100	9,80	34,70	50,40	284,00	0,00
		МОЛОКО	200	5,82	6,21	9,12	116,40	0,00
Итого			600	32,41	54,59	94,98	640,86	0,82
Всего				191,42	267,66	700,95	4 529,43	243,55

МЕНЮ

29 мая 2026 г.

5 - "В"

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
II Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,56	8,77	41,80	203,10	0,00
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	130	13,87	30,14	0,50	278,68	0,00
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	90	16,37	19,33	9,90	186,17	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,00	0,00	14,52	43,50	0,00
		ТВОРОЖОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНД, УПАКОВКЕ	100	7,37	4,07	10,28	107,67	0,00
2008		СУХОФРУКТЫ	50	2,60	0,15	25,50	91,00	0,00
2008		МЕД	40	0,31	0,00	31,16	103,98	0,00
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	22,00	68,00	0,00
Итого			990	47,08	62,46	155,66	1 082,10	0,00
Обед								
2017	30	САЛАТ ИЗ РЕДИСА	100	2,57	6,47	2,96	51,85	22,00
к/к	к/к	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАН	70	1,19	9,31	3,57	103,60	4,90
2008	89	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/30/20	13,47	19,48	28,95	264,44	15,92
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	140	29,49	27,87	13,23	324,75	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	5,79	12,82	60,52	248,10	0,00
	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			1340	61,74	77,13	228,02	1 475,07	42,82
Полдник								
к/к	к/к	ФРУКТ	250	2,25	0,50	20,24	107,46	149,95
2008	442	СОК	200	0,00	0,00	22,00	68,00	0,00
2008		ЗЕФИР	200	1,60	0,20	159,60	432,00	0,00
Итого			650	3,85	0,70	201,84	607,46	149,95
Ужин								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	120	1,35	5,23	5,50	53,52	2,44
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	450	29,88	65,42	49,25	570,51	25,41
2008	8	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ ЛОСОСЕВОЙ	80	12,57	11,54	24,63	205,50	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	ФРУКТ	250	2,25	0,25	23,79	112,68	25,04
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	250	7,00	6,25	11,28	90,78	1,75
2008		ВАРЕНЬЕ	50	0,00	0,00	21,83	87,30	0,00
Итого			1580	62,64	89,88	207,98	1 442,66	57,26
Ужин 2								
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	100	16,21	13,68	19,72	189,74	0,70
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,58	0,00	15,74	50,72	0,12
2008		ШОКОЛАД	150	14,70	52,05	75,60	426,00	0,00
		МОЛОКО	200	5,82	6,21	9,12	116,40	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	80	9,91	8,98	0,54	85,89	0,00
Итого			730	47,22	80,92	120,72	868,75	0,82
Всего			222,53	311,09	914,22	5 476,04	250,85	