

Меню
На «9» октября 2026



№ техн. карты	Наименование блюда	Вес порции 7-11/12 и старше	Химический состав			Энергетическая ценность к/кал
			Б	Ж	У	
завтрак						
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200/250	13.5/14.5	19.07/20.7	61/62	457.3/493.3
ТК№385	Молоко кипяченое	200	6,57	7,43	30,65	214,92
Пром.	Хлеб пшеничный, ржаной	50\40	6/5	2/1	34/30	228/160
54-1з-2020	Сыр Российский	15/30	4.1/5.1	5.08/6.08	1.1/1.5	73/83
Всего за завтрак			47.22	46.65	138.8	1148.22
Второй завтрак						
Пром.	Фрукт банан	24/38	1,1	0,5	4,3	59,3
Пром.	Сок виноградный	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Всего за 2 завтрак			7,67	9,71	32,41	246 62
Всего			54.89	56.34	169.21	1394.84
Обед						
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	250	11.04	9.57	10.5	175.05
ТК№9	Салат из моркови	90\100	1.01/1.46	0.09/0.09	27.01/28.92	100.68/112.64
ТК№169	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	250	19,65	11,89	30,06	305,42
Пром.	Хлеб пшеничный ржаной	50 40	1,5 4	0,5 1	24 41	114 126
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1,0	0,1	15,7	66,9
Всего за обед			68.51	24.51	162.18	1006.31
2 Полдник						
54-1т-2020	Запеканка из творога	150/200	25,6	16,1	25,0	347,8
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	0.14	0.04	10.01	37.90
Всего за полдник			13.28	14.15	80.8	504
Ужин						
Пром.	Икра кабачковая	80/100	8.7	11.49	25.74	239.37
54-1г-2020	Макароны отварные	150/200	11.90/12.80	6.78/7.96	63/66	379.8/386.9
5421м-2020	Курица отварная	120	25,7	2,0	0,9	123,8
Пром.	Хлеб пшеничный Ржаной	50 40	3,5 4	0,5 1	24 36	114 172
54-6хн-2020	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	42,8
Всего за 1-й ужин			32.58	22.39	110.05	742.25
2 ужин						
Пром.	Йогурт	150/180	4.48/5.59	5.79/6.38	8.68/9.38	115.69/117.31
Всего за ужин			34.83	22.89	130.30	842.23
Всего за день			171.51	117.89	542.49	3746.39