



**Меню
На «16» сентября 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 в.с	200/250	9.6/10,6	31.5/32,5	2.8/3,7	320/350
54-21гн-2020	Какао на молоке	200	0,14	0,04	10,01	37,90
Пром.	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	50\40	5	1	34	160
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15/30	0,2	11	0,2	99
Всего за 1-ый завтрак			18,94	52,34	81,21	860,9
Второй завтрак						
Пром.	Фрукты банан	200	0,80	0,80	19,6	90,00
Пром.	Сок виноградный	200	0,60	0,00	27,60	108,0
Всего за 2 завтрак			1,40	0,80	47,2	198,0
Всего			20,34	53,14	128,41	1059,9
Обед						
ТК№18	Суп Куринный с вермишелью	250	7.04	15.8	45.33	209.44
ТК№31	Салат картофельный с зеленым горошком	100	3,04	5,69	10,76	157
ТК№239	Картофель отварной	200	4.62	9.46	38.74	259.5
ТК№165	Рыба припущенная в молоке	110/160	11.7/12.7	6.9/8.9	3.6/4.6	143.5/144.6
Пром.	Хлеб пшеничный ржано-пшеничный	50\40	5 6	1 2	34 52	160 246
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1,0	0,1	15,7	66,9
Всего за обед			38.97	42.39	217.42	1243.31
Полдник						
54-1т-2020	Запеканка из творога	150/200 20/30	25,6/34,2	16,1/21,3	25,0/33,3	347,8/463,1
ТК№385	Молоко кипяченое	200	5,8	5.0	9,6	107,0
Всего за полдник			14,79	13,48	46,43	369,91
Ужин						
ТК№193	Плов из отварной говядины	200/300	4.67/5.67	6.45/7.45	57.07/59.07	310.26/330.26
Пром.	Хлеб пшеничный ржаной	50 40	4 3	0,5 1	29 26	177 123
54-3гн-2020	Чай с лимоном	200	0,24	0,08	27,83	108,56
Пром.	Икра кабачковая	90/100	1.24/2,24	6.5/7,5	11.44/12,44	131.84/132,84
Всего за 1-ый ужин			37,63	40,84	163,68	1217,21
II ужин						
Пром.	Йогурт	150/180	4.59/5.59	5.38/6.38	8.38/9.38	110.31/117.31
Всего за ужин			41,63	48,64	215,88	1507,21
Всего за 4-ый день			115.73	157.65	608.14	4180.33