



Меню
На «29» октября 2026

№ техн. карты	Наименование блюда	Вес порции 7-11/12 и старше	Химический состав			Энергетическая ценность к/кал
			Б	Ж	У	
завтрак						
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшенная	250	7.16	9.26	45.65	294.18
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Пром.	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	50/40	7	1	48	228
54-19з-2020	Масло сливочное порциями	10	0,15	11	0,13	71
Всего за завтрак			22.15	30.45	113.56	812.87
Второй завтрак						
Пром.	Печенье	40	06	2,5	11,6	58,32
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	0,27	-	30,82	124,17
Всего за 2-ой завтрак			18,0	5,2	61,22	360,87
Всего за завтрак			40.15	35.65	174.78	1173.74
Обед						
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3.15	5.76	18.95	136.71
ТК№13	Салат из морковки с изюмом	100	1,22	0,08	19,6	93,87
54-1г-2020	Макаронны отварные	150/200	3.68/4.68	7.88/8.88	33.16/34.16	123.35/125.35
ТК№43	Печень по строгановски	100/120	9.03/10.3	11.7/12.7	10.89/11.89	201.09/203.11
Пром.	Хлеб пшеничный ржаной	50 40	5 3	- 1	34 26	160 123
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0
Всего за обед			27.79	33.45	156.77	928.97
2 Полдник						
Пром.	Яблоко	180	6.8	11.7	67.6	403.5
Пром.	Сок яблочный	200	10,0	6,40	17,0	170
Всего за полдник			16.8	18.10	84.6	573.5
Ужин						
54-1о-2020	Яйцо отварное	40	4,8	4,0	0,3	56,6
ТК№169	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	250	19,65	11,89	30,06	305,42
Пром.	Хлеб пшеничный, ржаной	50/40	7	1	48	228
54-11хн-2020	Компот из брусники	200	0,1	0,1	7,9	32,7
Всего за ужин			25.67	27.04	102.62	258.84
2 ужин						
Кефир			150/180	3.59/5.59	5.37/6.38	111.31/117.31
Всего за день			110.41	114.24	518.77	2935.05