



МЕНЮ

## Воспитанники 7-11 лет

на вторник

3 февраля 2026 г.

Сооб- рник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети- ческая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
		ЗАВТРАК					
2008	189	Каша рисовая жидкая	200	5	6	33	205
2008	2	Бутерброд с джемом	40	1,1	4,5	20	129
2011	382	Какао с молоком	200	4	3	14	99
к/к	1F-1	Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	47
к/к	7К-25	Кондитерские изделия	25	1,2	1	11	51
к/к	7Б-20	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
<b>ОБЕД</b>							
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,4	8	1,3	79,3
2008	76	Борщ с капустой, картофелем, сметаной и говядиной	250	5	7,9	12,4	130
2008	251	Пудинг рыбный (паровой)	90	12,5	5,8	7,2	140
2008	335	Пюре картофельное	190	3,6	7,3	26,6	190
2008	399	Компот из свежих апельсинов	200	0,1	0,1	11,6	47,9
к/к	7Б-20	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
к/к	7Х-80	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	80	3,2	0,8	28	179,2
<b>ПОЛДНИК</b>							
2008	442(ТТК 3509)	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	19,8	86
к/к	ТТК 3506	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	40	2,2	1	23,2	110
к/к	ТТК 3512	Кондитерские изделия	20	1	3	16	95
2008	213(ТТК 3514)	Яйца вареные	40	5	4,6	0,4	64
<b>УЖИН</b>							
2008	359(ТТК 3112)	Огурцы соленые	60	0,5	0,1	1	7
2012	34(ТТК 3110)	Пудинг из печени с морковью	90	15	7,6	9,5	150
2008	325(ТТК 3111)	Рис отварной	150	3,7	6,3	32,8	203
2008	430(ТТК 3134)	Чай с сахаром	200			9,6	38
к/к	ТТК 3113	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	15	0,8	0,4	8,7	41
к/к	ТТК 3114	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	15	0,9	0,2	7,9	37
Всего					69	69,7	325,5
							2240,4

МЕНЮ

Воспитанники 12-18 лет

**на вторник**

3 февраля 2026 г.

Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>							
2008	189	Каша рисовая жидкая	220	6	6,5	30	205
2011	382	Какао с молоком	200	4	3	14	99
2008	2	Бутерброд с джемом	50	2	5	20	130
к/к	1Г-1	Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	47
к/к	1К-25	Кондитерские изделия	40	2,2	2	14	75
к/к	15-25	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	40	2,8	1,9	24	124
<b>ОБЕД</b>							
2008	19	Салат из свежих огурцов	100	0,5	9	2,2	100
2008	76	Борщ с капустой, картофелем, сметаной и говядиной	250	4,7	7	12	129
2008	251	Пудинг рыбный (паровой)	120	16,2	7	22	200
2008	335	Пюре картофельное	200	3,8	7,5	28	191,3
2008	399	Компот из свежих апельсинов	200	0,1	0,1	11,6	47,9
к/к	15-30	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
к/к	1Х-50	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	4	1	35	224
<b>ПОЛДНИК</b>							
2008	442(ТТК 4004)	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	19,8	86
к/к	ТТК 4001	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	60	3,3	1,5	34,8	165
к/к	ТТК 4005	Кондитерские изделия	50	1,5	1,5	33	120
2008	213(ТТК 4007)	Яйца вареные	40	5	4,6	0,4	64
<b>УЖИН</b>							
2008	359(ТТК 3900)	Огурцы соленые	100	0,8	0,2	1,7	12
2012	34(ТТК 3898)	Пудинг из печени с морковью	110	18,4	9,2	11,7	184
2008	325(ТТК 3899)	Рис отварной	180	4,4	7,6	39,4	244
2008	430(ТТК 3920)	Чай с сахаром	200			9,6	38,3
к/к	ТТК 3901	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	15	0,8	0,4	8,7	41,3
к/к	ТТК 3902	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	15	0,9	0,2	7,9	37
Всего					84	76,5	400,7
							2619,8

\* для школьников предоставляется завтрак и обед