



МЕНЮ

Воспитанники 7-11 лет

на среду

4 февраля 2026 г.

| Сбор-ник рецеп- ты | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал |
|--------------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|------------------|--|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 2008 | 225 | Пудинг из творога | 160 | 20,5 | 12 | 40,6 | 379 |
| 2008 | 1 | Бутерброд с маслом | 40 | 1,3 | 8 | 10,7 | 125 |
| 2011 | 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,2 | | 8,2 | 35 |
| к/к | 1М-1 | Манадрин свежий | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 2008 | 48 | Салат из свеклы с сыром и чесноком | 60 | 1,9 | 5 | 4 | 83 |
| 2008 | 91 | Рассольник ленинградский с птицей, сметаной и зеленью петрушки | 200 | 4,3 | 5,5 | 15 | 130 |
| 2008 | 306 | Голубцы ленивые | 240 | 13 | 14,8 | 30 | 330 |
| к/к | 1С-01 | Сок фруктовый | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 |
| к/к | 8Б-20 | Батон обогащенный микронутриентами, витаминами | 20 | 1,2 | 0,8 | 10,6 | 56 |
| к/к | 8Х-60 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | 2,4 | 0,6 | 21 | 134,4 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 2008 | 417(ТТК 3507) | Кисель из плодов шиповника | 200 | 0,3 | 0,1 | 23 | 90 |
| к/к | ТТК 3206 | Батон обогащенный микронутриентами, витаминами | 45 | 2,4 | 1,2 | 26,1 | 123 |
| к/к | ТТК 3508 | Банан | 150 | 1,5 | 1,5 | 30 | 140 |
| УЖИН | | | | | | | |
| 2008 | 240(ТТК 3207) | Котлеты рыбные паровые | 100 | 10,3 | 9 | 9,2 | 159 |
| 2008 | 124(ТТК 3547) | Картофель в молоке | 200 | 4,4 | 5,9 | 25,4 | 173 |
| 2008 | 430(ТТК 3135) | Чай с джемом | 200 | 0,3 | 0,1 | 11 | 43 |
| к/к | ТТК 3122 | Батон обогащенный микронутриентами, витаминами | 15 | 0,8 | 0,4 | 8,7 | 41 |
| к/к | ТТК 3121 | Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,5 | 49 |
| Всего | | | | 67,4 | 65,7 | 314 | 2223,4 |

МЕНЮ

Воспитанники 12-18 лет

на среду

4 февраля 2026 г.

| Сбор-ник рецеп- ты | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | | |
|--------------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|------------------|--|-------|------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| 2008 | 225 | Пудинг из творога | 200 | 25 | 15 | 52 | 430 | | |
| 2011 | 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,4 | | 8,8 | 38,1 | | |
| 2008 | 1 | Бутерброд с маслом | 50 | 1,8 | 8 | 18,7 | 164 | | |
| к/к | 1М-1 | Манадрин свежий | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| 2008 | 48 | Салат из свеклы с сыром и чесноком | 100 | 3,9 | 8 | 6,3 | 138 | | |
| 2008 | 91 | Рассольник ленинградский с птицей, сметаной и зеленью петрушки | 250 | 4,5 | 6 | 16,5 | 140 | | |
| 2008 | 306 | Голубцы ленивые | 280 | 13,2 | 16,3 | 40 | 375 | | |
| к/к | 1С-01 | Сок фруктовый | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | | |
| к/к | 1Б-30 | Батон обогащенный микронутриентами, витаминами | 20 | 1,2 | 0,8 | 10,6 | 56 | | |
| к/к | 1Х-55 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 70 | 2,8 | 0,7 | 24,5 | 156,8 | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| 2008 | 417(ТТК 4002) | Кисель из плодов шиповника | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,3 | 129,1 | | |
| к/к | ТТК 3966 | Батон обогащенный микронутриентами, витаминами | 55 | 2,8 | 1,6 | 31,9 | 149 | | |
| к/к | ТТК 4003 | Банан | 150 | 1,5 | 1,5 | 30 | 140 | | |
| УЖИН | | | | | | | | | |
| 2008 | 240(ТТК 3967) | Котлеты рыбные паровые | 120 | 12,4 | 10,8 | 11 | 191 | | |
| 2008 | 124(ТТК 4030) | Картофель в молоке | 230 | 5,1 | 6,8 | 29,2 | 199 | | |
| 2008 | 430(ТТК 3921) | Чай с джемом | 200 | 0,3 | 0,1 | 11 | 43 | | |
| к/к | ТТК 3910 | Батон обогащенный микронутриентами, витаминами | 20 | 1,1 | 0,5 | 11,6 | 55 | | |
| к/к | ТТК 3909 | Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами | 30 | 1,8 | 0,3 | 15,8 | 74 | | |
| Всего | | | | | | 79,8 | 77,1 | 379,2 | 2611 |

* для школьников предоставляется завтрак и обед