

01.09.2026

01.09.2026 г.

1-Й ДЕНЬ

2-Й ДЕНЬ

Цикличное меню на период с 01.09.2026 г. по 30.12.2026 г.

2011	321	Капуста свежая тушеная	200	4,1	6	14,4	150,2
ТК	8	Компот из свежих яблок (без сахара)	200	0,2	0,2	27,1	111,1
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
ТК	5	Фрукты свежие (яблоко)	165	0,6	0,0	16,4	66,8
Итого за Обед				28,3	25,5	125,9	870,9
Итого за день				28,3	25,5	125,9	870,9

3-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
2011	48	Салат витаминный с маслом растительным (1 вар.)	100	1,2	5,2	9,6	90,5
ТК	9	Рассольник Ленинградский с курицей (без картофеля)	250	2,5	2,8	20	110,1
ТК	10	Биточки натуральные мясные	100	13,9	22,9	14,9	318,2
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,8	6,1	50,2	274,2
ТК	11	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	23,3	92,9
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
ТК	12	Йогурт в индивидуальной упаковке 2,5%	125	5,1	3,1	18,0	121,3
Итого за Обед				34,0	41,1	178,5	1211,2
Итого за день				34,0	41,1	178,5	1211,2

4-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
ТК	18	Салат "Пекинский" с растительным маслом	100	1,1	5,1	5	68,2
ТК	12	Борщ из свежей капусты (без картофеля), с курицей	250	2	2,7	11,7	88,2

2008	231	Рыба (тресковые виды), тушеная в томате с овощами	130	20	7,9	7	178,4
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,8	6,1	50,2	274,2
ТК	11	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	23,3	92,9
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
ТК	13	Фрукты свежие (груша)	165	0,6	0,0	16,4	66,8
Итого за Обед				35,0	22,8	155,7	972,7
Итого за день				35,0	22,8	155,7	972,7

5-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
2011	71	Помидор свежий (порционно)	100	0,7	0,1	1,9	11,0
ТК	6	Щи из квашеной капусты (без картофеля), с говядиной	250	1,3	2,7	6,6	60,6
2011	288	Курица отварная	100	23,48	25,82	0,48	328,00
2011	325	Кабачки тушеные	200	1,9	9	134,1	137,0
ТК	3	Компот ягодный (без сахара)	200	0,3	0,1	28,2	117,0
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
ТК	12	Йогурт в индивидуальной упаковке 2,5%	125	5,1	3,1	18,0	121,3
Итого за Обед				39,3	41,8	231,7	978,9
Итого за день				39,3	41,8	231,7	978,9

6-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							

2011	47	Салат из квашеной капусты с маслом растительным	100	1,7	5,0	8,5	85,7
ТК	14	Суп крестьянский с курицей (без картофеля)	250	2,3	2,9	15,7	94
2008	261	Печень тушеная	100	10,9	13,5	10,4	236,7
ТК	15	Рагу из овощей (без картофеля)	200	4,3	19,8	21,7	280,7
ТК	11	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	23,3	92,9
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
Итого за Обед				25,7	42,2	122,0	994,0
Итого за день				25,7	42,2	122,0	994,0

7-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
2011	48	Салат витаминный с маслом растительным (1 вар.)	100	1,2	5,2	9,6	90,5
ТК	1	Суп из овощей с курицей (без картофеля)	250	1,9	2,7	13,3	82,2
ТК	7	Котлета натуральная рубленая из курицы	100	15,4	15,1	14,6	270,2
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,8	6,1	50,2	274,2
ТК	11	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	23,3	92,9
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
Итого за Обед				29,8	30,1	153,5	1014,0
Итого за день				29,8	30,1	153,5	1014,0

8-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7

Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
2011	70/2	Огурец соленый (порционно)	100	0,2		4,3	8
2008	88	Щи из свежей капусты (без картофеля), с курицей	250	1,8	2,7	8,8	70,4
2011	256	Говядина тушеная	100	15,2	17,4	2,6	225,0
2011	325	Кабачки тушеные	200	1,9	9	134,1	137,0
ТК	11	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	23,3	92,9
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
ТК	5	Фрукты свежие (яблоко)	165	0,6	0,0	16,4	66,8
Итого за Обед				26,2	30,1	231,9	804,1
Итого за день				26,2	30,1	231,9	804,1

9-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
2008	71	Помидор свежий (порционно)	100	1,5	10,1	4,4	115,0
ТК	12	Борщ из свежей капусты (без картофеля), с курицей	250	2	2,7	11,7	88,2
2008	306	Голубцы ленивые (без риса)	250	17,8	42,5	18,5	522,1
ТК	11	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	23,3	92,9
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
ТК	13	Фрукты свежие (груша)	165	0,6	0,0	16,4	66,8
Итого за Обед				28,4	56,3	116,8	1089,0
Итого за день				28,4	56,3	116,8	1089,0

10-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7

Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
2011	48	Салат витаминный с маслом растительным (1 вар.)	100	1,2	5,2	9,6	90,5
ТК	1	Суп из овощей с курицей (без картофеля)	250	1,9	2,7	13,3	82,2
ТК	7	Котлета натуральная рубленая из курицы	100	15,4	15,1	14,6	270,2
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,8	6,1	50,2	274,2
ТК	8	Компот из свежих яблок (без сахара)	200	0,2	0,2	27,1	111,1
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
ТК	5	Фрукты свежие (яблоко)	165	0,6	0,0	16,4	66,8
Итого за Обед				30,6	30,3	173,7	1099,0
Итого за день				30,6	30,3	173,7	1099,0

11-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
2008	23	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	100	0,9	10,1	2,9	106,0
ТК	12	Борщ из свежей капусты (без картофеля), с курицей	250	2	2,7	11,7	88,2
2011	256	Говядина тушеная	100	15,2	17,4	2,6	225,0
2011	325	Кабачки тушеные	200	1,9	9	134,1	137,0
ТК	11	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	23,3	92,9
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
ТК	12	Йогурт в индивидуальной упаковке 2,5%	125	5,1	3,1	18,0	121,3
Итого за Обед				31,6	43,3	235,0	974,4
Итого за день				31,6	43,3	235,0	974,4

12-Й ДЕНЬ

Сб. рец.	№ рецептуры /технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Обед, стоимостью 336 рублей 40 копеек							
2008	51 *	Винегрет овощной с маслом растительным	100	1,3	9,1	6,6	123
ТК	6	Щи из квашеной капусты (без картофеля), с говядиной	250	1,3	2,7	6,6	60,6
2008	271	Шницель натуральный рубленый мясной	100	15,2	37	10,5	436,9
2011	321	Капуста свежая тушеная	200	4,1	6	14,4	150,2
ТК	11	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	23,3	92,9
ТК	4	Хлеб ржаной	100	6,5	1,0	43	204,0
Итого за Обед				28,4	56,3	103,9	1067,6
Итого за день				28,4	56,3	103,9	1067,6