23.11.2026

(МЕНЮ Москва)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
120	***Омлет натуральный****	Калорийность-150, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-4
	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное	
180	***Кофейный напиток (из цикория) с молоком****	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
	Кофе, Молоко, Сахар-песок	
25	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
10	***Масло сливочное****	Калорийность-75, Жиры-8
	Итого за Завтрак1	Калорийность-420, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-36
	Завтрак2	
180	***Сок****	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-18
	Итого за Завтрак2	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-18
	Обед	
60	***Огурцы консервированные без уксуса****	Калорийность-8, Углеводы-1
200	***Суп с клецками на курином бульоне****	Калорийность-114, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-17
	Картофель, Морковь, Петрушка, Соль, Мука, Яйцо диетическое	
120	***Птица отварная (цыплята)****	Калорийность-329, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-1
	Куры, Соль, Лук репчатый	
140	***Пюре картофельное****	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-20
	Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль	
150	***Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (смородина)****	Калорийность-40, Углеводы-13
	Смородина черная б/з, Сахар-песок	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
30	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-757, Белки-42, Жиры-29, Углеводы-76
	Полдник	
80	***Биточки мясные рубленные паровые собственного производства****	Калорийность-115, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6
	Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная, Хлеб пшеничный, Соль	

120	***Капуста цветная отварная с маслом****	Калорийность-50, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-3
	Капуста цветная с/м, Соль, Масло сливочное	
180	***Чай с сахаром****	Калорийность-36, Углеводы-9
	Чай, Сахар-песок	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-9
25	***Печенье, обогащенное микронутриентами (витаминизированное)****	Калорийность-113, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17
	Итого за Полдник	Калорийность-406, Белки-23, Жиры-12, Углеводы-54
	Итого за	Калорийность-1 665, Белки-81, Жиры-65, Углеводы-183

24.11.2026

(МЕНЮ Москва)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
200	***Суп молочный с изделиями макаронными****	Калорийность-173, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-20
	Молоко, Макароны, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль	
180	***Какао с молоком****	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14
	Какао, Молоко, Сахар-песок	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	***Сыр****	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5
	Итого за Завтрак1	Калорийность-401, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-45
	Завтрак2	
150	***Сок****	Калорийность-69, Белки-1, Углеводы-15
	Итого за Завтрак2	Калорийность-69, Белки-1, Углеводы-15
	Обед	
60	***Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом****	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
	Свекла, Кислота лимонная, Чеснок, Масло подсолнечное ДП, Соль	
200	***Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами****	Калорийность-113, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-5
	**Бульон мясной, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Томат-паста, Лук репчатый, Лук зеленый, Масло сливочное, Соль, Сметана 15%*	
90	***Азу из мяса отварного****	Калорийность-152, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-4
	*Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная, Масло подсолнечное ДП, Лук репчатый, Мука, Томат-паста, Огурцы консервированные, *Бульон мясной, Соль, Чеснок*	
100	***Рис, припущенный с кукурузой****	Калорийность-145, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19
	Крупа рисовая, Кукуруза консервированная, Перец сладкий, Морковь, Масло сливочное, Соль	
150	***Компот из сухих плодов (смесь косточковых плодов) (витаминизированный)****	Калорийность-69, Белки-1, Углеводы-20
	Чернослив, Курага, Изюм, Сахар-песок, Кислота лимонная	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
40	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-18
	Итого за Обед	Калорийность-672, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-82
	Полдник	

120	***Вареники ленивые отварные****	Калорийность-225, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-17
	Творог 9 % жирн., Мука, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое	
30	***Соус молочный (сладкий)****	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5
	Молоко, Масло сливочное, Мука, Соль, Сахар-песок	
180	***Кефир****	Калорийность-101, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
130	***Банан****	Калорийность-125, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-27
	Итого за Полдник	Калорийность-544, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-67
	Итого за	Калорийность-1 686, Белки-71, Жиры-60, Углеводы-209

25.11.2026

(МЕНЮ Москва)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
200	***Каша пшенная молочная жидкая****	Калорийность-225, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-26
	Крупа пшено шлифованное, Молоко, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль	
180	***Чай с молоком****	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
	Чай, Молоко, Сахар-песок	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
10	***Масло сливочное****	Калорийность-75, Жиры-8
	Итого за Завтрак1	Калорийность-417, Белки-10, Жиры-21, Углеводы-48
	Завтрак2	
120	***Груши****	Калорийность-56, Углеводы-12
	Итого за Завтрак2	Калорийность-56, Углеводы-12
	Обед	
200	***Суп рыбный (консервы лососевые)****	Калорийность-135, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-13
	Рыба консерв., Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Крупа рисовая, Петрушка, Соль	
200	***Капуста тушеная с говядиной****	Калорийность-256, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-7
	Соль, Капуста белокачанная, Лук репчатый, Сахар-песок, Мука, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная	
150	***Кисель из плодов и ягод****	Калорийность-72, Углеводы-17
	Смородина черная б/з, Сахар-песок, Крахмал картофельный	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
30	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-574, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-62
	Полдник	
80	***Котлеты или биточки рыбные собственного производства****	Калорийность-164, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-10
	Филе б-к рыб семейства треск-лосос мороз без кожи и костей, Хлеб пшеничный, Молоко, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное	
140	***Пюре картофельное****	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-20
	Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль	
180	***Отвар шиповника****	Калорийность-68, Углеводы-14
	Сахар-песок, Шиповник	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

20	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-9
	Итого за Полдник	Калорийность-479, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-64
	Итого за	Калорийность-1 527, Белки-48, Жиры-46, Углеводы-186

26.11.2026

(МЕНЮ Москва)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
120	***Запеканка из творога****	Калорийность-279, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-20
	Творог 9 % жирн., Крупа манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сметана 15%	
25	***Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности****	Калорийность-74, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14
180	***Кофейный напиток (из цикория) с молоком****	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
	Кофе, Молоко, Сахар-песок	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
10	***Масло сливочное****	Калорийность-75, Жиры-8
	Итого за Завтрак1	Калорийность-609, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-63
	Завтрак2	
120	***Яблоки****	Калорийность-56, Углеводы-12
	Итого за Завтрак2	Калорийность-56, Углеводы-12
	Обед	
40	***Помидоры свежие****	Калорийность-10, Углеводы-2
200	***Суп картофельный с бобовыми (горох)****	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-13
	Картофель, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль	
90	***Суфле из печени****	Калорийность-131, Белки-15, Жиры-6, Углеводы-4
	Молоко, Мука, Печень говяжья ДП замороженная, Яйцо диетическое, Масло подсолнечное ДП, Соль	
100	***Изделия макаронные группы А отварные****	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19
	Макароны, Соль, Масло сливочное	
150	***Компот из плодов быстрозамороженных (клюква) для детей раннего возраста****	Калорийность-38, Углеводы-13
	Клюква б/з, Сахар-песок	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
30	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-538, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-74
	Полдник	
95	***Изделия колбасные вареные (колбаски, сосиски) отварные****	Калорийность-215, Белки-10, Жиры-19, Углеводы-1

100	***Солянка из сборных овощей с маслом растительным****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-4
	Капуста белокачанная, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Томат-паста, Масло подсолнечное ДП, Соль, Сметана 15%	
180	***Чай с лимоном****	Калорийность-38, Углеводы-9
	Чай, Сахар-песок, Лимоны	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-9
25	***Печенье, обогащенное микронутриентами (витаминизированное)****	Калорийность-113, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17
	Итого за Полдник	Калорийность-513, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-50
	Итого за	Калорийность-1 716, Белки-73, Жиры-68, Углеводы-199

27.11.2026

(МЕНЮ Москва)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
180	***Макароны, запеченные с сыром****	Калорийность-334, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-34
	Макароны, Масло сливочное, Соль, Сыр	
180	***Кофейный напиток (из цикория) с молоком****	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
	Кофе, Молоко, Сахар-песок	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
10	***Масло сливочное****	Калорийность-75, Жиры-8
	Итого за Завтрак1	Калорийность-590, Белки-17, Жиры-28, Углеводы-63
	Завтрак2	
115	***Яблоки****	Калорийность-54, Углеводы-11
	Итого за Завтрак2	Калорийность-54, Углеводы-11
	Обед	
60	***Салат зеленый с помидорами с растительным маслом****	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2
	Салат свежий, Помидоры, Масло подсолнечное ДП, Соль	
200	***Суп-пюре из цветной капусты со сметаной****	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-10
	Капуста цветная с/м, Картофель, Лук репчатый, Масло сливочное, Морковь, Сметана 15%, Соль, Мука, Томат-паста	
40	***Гренки для супов****	Калорийность-190, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-39
80	***Котлеты или биточки рыбные собственного производства****	Калорийность-164, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-10
	Филе б-к рыб семейства треск-лосос морож без кожи и костей, Хлеб пшеничный, Молоко, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное	
150	***Картофель отварной****	Калорийность-159, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16
	Картофель, Масло сливочное, Соль	
150	***Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (смородина)****	Калорийность-40, Углеводы-13
	Смородина черная б/з, Сахар-песок	
30	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-753, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-103
	Полдник	

120	***Тефтели мясные с соусом собственного производства*****	Калорийность-191, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12
	Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная, Хлеб пшеничный, Молоко, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Мука, Томат-паста, Морковь	
80	***Каша гречневая рассыпчатая****	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20
	Крупа гречневая, Соль, Масло сливочное	
180	***Чай с сахаром****	Калорийность-36, Углеводы-9
	Чай, Сахар-песок	
20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-9
	Итого за Полдник	Калорийность-457, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-60
	Итого за	Калорийность-1 854, Белки-58, Жиры-67, Углеводы-237