23.11.2026

(МЕНЮ Видное)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
200	***Каша жидкая на молоке манная****	Калорийность-480, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-63
	Крупа манная, Молоко, Соль, Масло сливочное, Сахар-песок	
180	***Кофейный напиток (из цикория) с молоком****	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
	Кофе, Молоко, Сахар-песок	
30	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
10	***Масло сливочное****	Калорийность-75, Жиры-8
	Итого за Завтрак1	Калорийность-763, Белки-22, Жиры-31, Углеводы-97
	Завтрак2	
180	***Сок****	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-18
	Итого за Завтрак2	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-18
	Обед	
60	***Икра из уваренных кабачков для детского питания промышленного производства****	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5
200	***Суп с клецками на курином бульоне****	Калорийность-114, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-17
	Картофель, Морковь, Петрушка, Соль, Мука, Яйцо диетическое	
70	***Суфле из отварной курицы****	Калорийность-166, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-3
	Куры, Молоко, Мука, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль	
120	***Пюре картофельное****	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17
	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-635, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-79
	Полдник	
120	***Омлет натуральный****	Калорийность-150, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-4
	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное	

180	***Отвар шиповника****	Калорийность-68, Углеводы-14
	Сахар-песок, Шиповник	
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-368, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-43
	Итого за	Калорийность-1 850, Белки-66, Жиры-72, Углеводы-238

24.11.2026

(МЕНЮ Видное)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
200	***Каша геркулесовая молочная жидкая****	Калорийность-216, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-23
	Крупа овсяная "геркулес", Молоко, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль	
180	***Чай с сахаром****	Калорийность-36, Углеводы-9
	Чай, Сахар-песок	
30	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
	Итого за Завтрак1	Калорийность-334, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-48
	Завтрак2	
180	***Сок****	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-18
	Итого за Завтрак2	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-18
	Обед	
60	***Салат из свежих овощей с растительным маслом****	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2
	Помидоры, Огурцы, Салат свежий, Лук зеленый, Масло подсолнечное ДП, Соль	
200	***Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне****	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-7
	*Свекла, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, *Бульон мясной, Соль, Сметана 15%, Кислота лимонная, Петрушка*	
190	***Плов из отварной говядины****	Калорийность-346, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-29
	Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Масло подсолнечное ДП, 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
30	***Хлеб ржано-пшеничный****	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-711, Белки-29, Жиры-31, 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

Итого за Полдник	Калорийность-419, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-40
Итого за	Калорийность-1 547, Белки-64, Жиры-60, Углеводы-187

25.11.2026

(МЕНЮ Видное)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
200	***Каша пшенная с тыквой****	Калорийность-241, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-29
	Крупа пшено шлифованное, Молоко, Тыква , Масло сливочное, Сахар-песок, Соль	
180	***Какао с молоком****	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14
	Какао, Молоко, Сахар-песок	
30	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
20	***Сыр****	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5
	Итого за Завтрак1	Калорийность-496, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-59
	Завтрак2	
100	***Сок****	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
	Итого за Завтрак2	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
	Обед	
40	***Помидоры свежие****	Калорийность-10, Углеводы-2
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	
80	***Котлета мясная рубленые паровая****	Калорийность-100, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-4
	Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная, Хлеб пшеничный, Соль	
130	***Капуста тушеная****	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6
	Капуста белокачанная, Масло сливочное, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Мука, Соль, Сахар-песок	
150	***Кисель из плодов и ягод****	Калорийность-72, Углеводы-17
	Клюква 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-522, Белки-26, Жиры-14, Углеводы-67
	Полдник	
100	***Пирожок печеный с яблоком****	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-39
	Мука, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное, Дрожжи, Яблоки, Масло подсолнечное ДП, Яйцо диетическое	
180	***Чай с сахаром****	Калорийность-36, Углеводы-9
	Чай, Сахар-песок	
150	***Банан****	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-32
	Итого за Полдник	Калорийность-409, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-80
	Итого за	Калорийность-1 472, Белки-53, Жиры-38, Углеводы-216

26.11.2026

(МЕНЮ Видное)

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	***Чай с молоком****	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
	Чай, Молоко, Сахар-песок	
30	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
10	***Масло сливочное****	Калорийность-75, Жиры-8
	Итого за Завтрак1	Калорийность-572, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-61
	Завтрак2	
140	***Мандарин****	Калорийность-53, Белки-1, Углеводы-11
	Итого за Завтрак2	Калорийность-53, Белки-1, Углеводы-11
	Обед	
60	***Салат из свежих огурцов с растительным маслом****	Калорийность-72, Жиры-7, Углеводы-1
	Огурцы, Петрушка, Масло подсолнечное ДП, Соль	
200	***Щи из шпината со сметаной****	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-3
	Шпинат б/з, Картофель, Масло сливочное, Морковь, Лимоны, Сметана 15%, Лук репчатый, Соль	
20	***Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую****	Калорийность-31, Белки-3, Жиры-2
	Яйцо диетическое, Соль	
70	***Суфле из печени****	Калорийность-102, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-3
	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 витаминизированный (вишня)****	Калорийность-42, Углеводы-14
	Вишня 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-567, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-64
	Полдник	

130	***Картофель и овощи, тушеные в соусе****	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12
	Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Горошек зеленый консервы, Масло сливочное, Мука, Томат-паста, Сахар-песок	
70	***Биточки мясные рубленные паровые собственного производства****	Калорийность-101, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-5
	Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная, Хлеб пшеничный, Соль	
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
	Итого за Полдник	Калорийность-354, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-46
	Итого за	Калорийность-1 546, Белки-66, Жиры-58, Углеводы-182

27.11.2026

(МЕНЮ Видное)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
130	***Макароны, запеченные с сыром****	Калорийность-241, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-25
	Макароны, Масло сливочное, Соль, Сыр	
180	***Кофейный напиток (из цикория) с молоком****	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
	Кофе, Молоко, Сахар-песок	
30	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта****	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
	Итого за Завтрак1	Калорийность-449, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-59
	Завтрак2	
115	***Груши****	Калорийность-54, Углеводы-12
	Итого за Завтрак2	Калорийность-54, Углеводы-12
	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 картофельный с бобовыми (горох)****	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-13
	Картофель, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль	
70	***Котлеты или биточки рыбные собственного производства****	Калорийность-144, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-9
	Филе б-к рыб семейства треск-лосос морож без кожи и костей, Хлеб пшеничный, Молоко, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное	
120	***Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом****	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18
	Картофель, Масло сливочное, Соль	
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-646, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-83
	Полдник	
120	***Тефтели мясные с рисом паровые собственного производства****	Калорийность-222, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-8

	Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная, Крупа рисовая, Соль	
25	***Соус сметанный****	Калорийность-43, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2
	Сметана 15%, Масло сливочное, Мука, 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-426, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-43
	Итого за	Калорийность-1 575, Белки-57, Жиры-53, Углеводы-197