

Меню на 20.01.2026

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белк и	Жиры	Угле воды
--------------------	-------------	--------------	------------	-----------	------	--------------

Холодные блюда

№6/Л.	Б-д с колб." Сервелат Финский"...	20/25	25,05	139.5	4.77	7.43	13.34
5/294 М.	Гамбургер с котлетой из птицы /лист салата/пакет/...	190/1	74,72	362	19.44	11.72	44.46
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай /филе/...	50/50	34,35	173	5.8	8.3	14.83
572/2002	Салат овощной с мясом /филе	100/1	42,74	115.3	5.7	6.2	7.48
67/ М.	Винегрет овощ./зел. гор., лист сал./зел./...	100/1/1	23,55	125.1	1.4	10.1	7.29
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./...	100/1/1	28,29	84	1.3	5	8
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./...	100	24,00	98	3.2	7.8	3.2
75 /М.	Икра свекольная /зел. лист сал./...	100/1/1	18,32	13.93	2.4	7.6	13
17/ Л.	Салат из соленых огурцов с луком...	100	31,54	104	0.12	12.9	2.4
450/П.	Желе из сока Нектар фруктовый...	200	24,60	65.1	2.69	0.04	13.61
450/452/П.	Желе из молока и сока плодового...	200	33,33	79.1	3.645	0.965	14
362/М.	Желе из плодов или ягод вишня (замороженных)...	200	44,63	129.2	5.46	0.02	26.16
452/П.	Желе из молока...	200	42,06	93.1	4.6	1.89	14.4
338/М.	Мандарины...	100	40,00	38	0.8	0.2	7.5
338/М.	Апельсины...	100	36,80	43	0.9	0.2	8.1
338 /М	Яблоко...	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
674 /Л.	Яблоки печеные...	75	19,06	120.7	0.22	0.15	30.1
629/Л.	Лимон с сахаром...	30/10	10,72	67.6	8.26	0.04	15.48

Первые блюда

98 М	Суп крестьянский с пшеном...	250	11,52	76.25	1.49	4.91	6.09
------	------------------------------	-----	-------	-------	------	------	------

Вторые блюда

№377 /Л.	Рыба жареная /минтай филе/...	100	53,63	146	15.2	7.54	4.27
----------	-------------------------------	-----	-------	-----	------	------	------

377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103,08	160	9.3	6.8	14.2
6/9/22 Акт	Люля из птицы	100/20/5	70,08	248	15	14.2	14.4
конт. пр. Акт	/филе/... Котлета	100	86,41	248	15	14.2	14.4
конт.пр.20 293 /М.	нат.рублен.из птицы Птица жареная/ бедро/...	100	69,12	184	24.18	17.09	0.04
293 М	Птица жареная/голень/...	100	70,26	184	24.18	17.09	0.04
№392.М. Акт	Пельмени отварные... Отбивная	200/20 110	111,66 118,09	352 103.78	19.6 24.2	13 23.8	37.2 14
кон.прор.о т	нат.школьная с сыром из						
Акт конт. п	Наггетсы 2 шт....	100	81,06	327	20.7	22.4	10
381/1994	Котлета отбивная свин./косточ/...	77/20	88,23	492.8	14.5	43.6	10.24
№327/201	Запеканка из творога с морков. с соус.	150/50	60,95	492.4	17.71	16.78	55.6

Диетические

291/М.	Плов из птицы / филе/...	50/150	68,06	333.73	10.51 4	13.95	20.45
411/Л.	Мясо отварное /говядина/...	50	113,25	88.5	15.65	2.95	
№ 54-3 м- 2020	Голубцы Ленивые/ гов./соус см. том....	100/50	68,53	128.4	8.4	7.6	6.4
395 М.	Вареники с Адыг. сыром...	180/5	88,17	368	21.59	12.41	42.43
395 М.	Вареники с картофелем с маслом...	180/5	69,47	271	19.82	5.08	36.44
156,385/П	Овощи отварные с рисом	200	56,69	195.8	5.4	5.2	29.6
156/П	припущ./заморож./... Овощи	100	48,49	75	3	2.6	10
173/М.	отварные/фасоль стручковая/... Каша мол.гречневая с/сах....	200/10	25,03	269	9.01	5.74	45.03

Гарниры

202/309 /М	Макароны отварные..	150	17,28	138.45	4.77	5.2	23.45
304 М.	Рис отварной...	150	21,61	209.7	3.65	5.37	36.68
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89,46	306	4.35	15.75	30.3

Мучные изделия

398 /М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	57,98	384	4.4	8.47	64.2
№397 /М.	Блинчики с маслом...	60/3	31,84	148.8	3.18	6.06	19.8
№537/П./а	Пицца школьная	110	78,92	241	10.4	10.9	25.4
кт	Оригинальная /ветчина/...						
контр.пр- №413/М.	Пицца школьная...	100	52,83	299	9.89	16.25	28.3
747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49,69	228	9.6	13.84	26.9

№850	Хачапури	75	58,86	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	имеретинские...	100	25,75	333.3	3.17	11.79	50.72
418	Слойка с	110	38,60	357	7.59	10.27	58.62
сб2017г.М	конфитюром...	120	32,00	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт.	Слойка с молоком	100	37,34	426	7.9	10.2	58.6
пр.	сгущенным вареным/	75	49,06	88	2.42	1.08	17.11
05.10.23 г.	шоколад.кокос/...	60	16,46	218	5.48	6.52	34.4
Акт конт.	Слойка с маковой	100	22,82	340	7.3	8.8	57.9
пр.	начинкой...	100	17,56	262	7.76	4.72	47.1
566/1973	Слойка с	100	29,12	266.66	11	20	86.6
	марципаном/	60	13,83	132	3.9	3.26	20.76
№408.471	Пирожки печ. из	60	41,96	172	8.43	6.22	20.35
/17 М.	прес.сл. теста с	100	20,78	92	1.82	2.04	16.62
ТТК № 3	вишневым фаршем...	75	24,34	253	4.97	9.2	39.6
774/Л.	Булочка с сыром...	60	24,15	124.8	7.38	4.38	23.34
	Булочка сдобная с	75	27,86	202	9.22	5.48	29.18
766/Л.	помадой	75	52,17	323	4.57	13.84	43.06
№ 685/98г	Сдоба обыкновенная..	55	23,02	201	9.7	21.34	20.9
5 ч №646	Пирожок печеный с	100	51,38	285	4.57	13.84	43.06
	курагой...	100	42,40	286	4.89	8.43	47.68
№738.758	Пирожок печен.с	140	83,25	377.7	7.6	3.7	53.5
№687/	капустой...	145	110,94	388	15.62	12.28	53.5
685/фарш	Пирожок печеный с	90	68,64	286	7.6	3.7	53.5
№405,470	мясом...	140	83,25	377.7	7.6	3.7	53.5
,406/М.	Пирожок печ. сд. с	50	4,60	116.9	3.78	1.09	16.5
741 Л.	яблоками...	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
	Ватрушка с						
№685,№6	конфитюром...						
87,№734	Пирожок печеный с						
741/764/Л.	творогом...						
№793Л.	Ватрушка с творогом..						
№572	Кекс столичный...						
/1973	Сочни из песочного						
№573	теста...						
/1973	Бисквит.пирог с						
Гост31806-	конфитюром...						
Акт	Корж...						
контр.прор	Круассан с						
аботки от	шоколадной						
Акт	начинкой...						
контр.прор	Круассан с ветчиной						
Гост	и сыром/пакет/...						
31806-	Слойка с фруктовой						
Акт	начинкой...						
контр.прор	Круассан "Соленая						
ту9115-001	карамель"...						
Гост	Хлебный батон...						
58161-	Хлеб /йодир./ ржано-						
	пшеничный...						

Напитки

486/ П	Компот из свеж.	200	5,53	46	0.16	0.16	20.88
	яблок...	200	13,86	44	0.2	0.1	10.7
491/П.	Компот из ягод	200	23,21	44	0.2	0.1	14.7
491/П.	облепихи						
	Компот из ягод						
	черная смородина						
	заморожен....						
375,376/М/	Чай с сахаром...	200	2,78	60	0.07	0.02	15

375,376/М.	Чай с лимоном...	200/7	5,02	62	0.13	0.02	15.2
	Чай черный	200/15	9,13	60	0.07	0.02	15
	классический 2 гр./						
	пакет/с сах....						
	Чай зеленый 2 гр с	200/15	11,05	60	0.07	0.02	15
	сах. / пакет/...						
	Чай фруктовый 2 гр	200/15	9,16	60			
	с сах. / пакет/...						
	Чай черный с	200/15	9,13	60	0.07	0.02	15
	Бергамотом 2 гр.с						
	сах....						

Напитки и соки

707/ Л.	Сок / нектар в	1шт.	35,00	88			
	ассортименте						
Гост	Вода питьевая 0,5	1шт.	36,25				
28188-	без/газа...						

Комплекс 1 Завтрак

	Запеканка из творога	130/40	52,30	344.43	17.71	19.78	48.6
№327/201	с морков. с соус. мол.						
ту9115-001	Хлебный батон	41	3,77	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М.	Чай с сахаром	200	2,78	60	0.07	0.02	15
338 /М	Яблоко	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
	Итого комплекс 1:	511	76,45	551.53			

Комплекс 2 Завтрак

	Запеканка из творога	150/50	60,94	492.4	17.71	16.78	55.6
№327/201	с морков. с соус. мол.						
ту9115-001	Хлебный батон	52	4,81	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5,02	62	0.13	0.02	15.2
338 М	Яблоко	110	19,36	51.7	0.4	0.44	10.78
	Итого комплекс 2:	569	90,13	723			

Комплекс 3 Обед

98 М	Суп крестьянский с	200	9,22	81	2.19	5.33	4.87
	пшеном						
291/М.	Плов из птицы / филе/	40/160	57,93	298.66	14.51	13.18	26.45
№78 Л	Икра свекольная	60	10,08	67.34	1.44	4.56	7.8
ту9115-001	Хлебный батон	49	4,53	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-	пшеничный						
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5,53	46	0.16	0.16	20.88
338 /М	Яблоко	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
	Итого комплекс 3:	829	107,03	705.516			

Комплекс 4 Обед

98 М	Суп крестьянский с	250	11,52	76.25	1.49	4.91	6.09
	пшеном						
291/М.	Плов из птицы / филе/	40/160	57,93	298.66	14.51	13.18	26.45
54-28 з Н	Свекла отварная	100	11,52	42	1.5	0.166	8.66
	дольками						
ТУ9115-00	Хлебный батон	22	2,04	58.45	2.25	0.575	8.75
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-	пшеничный						
486/ П	Компот из свеж. яблок	180	4,98	41.4	0.09	0.09	9.99
	Итого комплекс 4:	772	90,13	565.376			

Комплекс 5 Завтрак

Запеканка из творога	130/40	52,30	344.43	17.71	19.78	48.6
№327/201 с морков. с соус. мол.						
ту9115-001Хлебный батон	41	3,77	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/Чай с сахаром	200	2,78	60	0.07	0.02	15
338 /М Яблоко	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
Итого комплекс 5:	511	76,45	551.53			

Комплекс 6 Обед

98 М Суп крестьянский с	200	9,22	81	2.19	5.33	4.87
пшеном						
291/М. Плов из птицы / филе/	40/160	57,93	298.66	14.51	13.18	26.45
№78 Л Икра свекольная	60	10,08	67.34	1.44	4.56	7.8
ту9115-001Хлебный батон	49	4,53	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост Хлеб /йодир./ ржано-	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
пшеничный						
58161- Компот из свеж. яблок	200	5,53	46	0.16	0.16	20.88
486/ П Яблоко	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
338 /М	829	107,03	705.516			
Итого комплекс 6:						

Комплекс 7 Завтрак

Запеканка из творога	150/50	60,94	492.4	17.71	16.78	55.6
№327/201 с морков. с соус. мол.						
ту9115-001Хлебный батон	52	4,81	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М..Чай с лимоном	200/7	5,02	62	0.13	0.02	15.2
338 М Яблоко	110	19,36	51.7	0.4	0.44	10.78
Итого комплекс 7:	569	90,13	723			

Комплекс 8 Обед

98 М Суп крестьянский с	250	11,52	76.25	1.49	4.91	6.09
пшеном						
291/М. Плов из птицы / филе/	40/160	57,93	298.66	14.51	13.18	26.45
47/17 М Салат из кв.капусты	100	26,52	84	1.3	5	8
ту9115-001Хлебный батон	54	4,94	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост Хлеб /йодир./ ржано-	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
пшеничный						
58161- Компот из свеж. яблок	200	5,53	46	0.16	0.16	20.88
486/ П Яблоко	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
338 /М	924	126,18	717.426			
Итого комплекс 8:						

Комплекс 9 Обед

98 М Суп крестьянский с	200	9,22	81	2.19	5.33	4.87
пшеном						
291/М. Плов из птицы / филе/	40/160	57,93	298.66	14.51	13.18	26.45
№78 Л Икра свекольная	60	10,08	67.34	1.44	4.56	7.8
ту9115-001Хлебный батон	49	4,53	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост Хлеб /йодир./ ржано-	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
пшеничный						
58161- Компот из свеж. яблок	200	5,53	46	0.16	0.16	20.88
486/ П Яблоко	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
338 /М	829	107,03	705.516			
Итого комплекс 9:						

Комплекс 10 Завтрак

Запеканка из творога	130/40	52,30	344.43	17.71	19.78	48.6
№327/201 с морков. с соус. мол.						
ту9115-001Хлебный батон	41	3,77	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/Чай с сахаром	200	2,78	60	0.07	0.02	15
338 /М Яблоко	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
Итого комплекс 10:	511	76,45	551.53			