ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ МЕНЮ 2026-2027г.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№ рец	Наменование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
132	Рассольник ленинградский	250/20	250,00	7,29	13,26	18,22	218,46
168	Суп-пюре из разных овощей	250	250,00	5,40	6,68	18,11	155,25
124	Щи из свежей капусты с картофелем и ламинарией	250/10	250,00	5,19	5,15	9,13	107,34
110	Борщ с капустой и картофелем	250/25	250,00	8,02	14,67	12,24	217,88
139	Суп картофельный с горохом	250/15	250,00	9,56	5,79	20,17	170,71
135	Суп из овощей	250	250,00	2,80	5,97	11,66	110,59
138	Суп картофельный с крупой и рыбой	275(250/25)	250,00	7,73	4,19	19,06	152,35
138	Суп картофельный с крупой гречневой	250/15	250,00	6,74	8,10	18,08	177,99

МЯСНЫЕ БЛЮДА

№ рец	Наменование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
277	Гуляш из отварного мяса	100	100,00	11,24	19,44	-	231,12
301	Цыплята тушеные	100	100,00	12,41	10,27	4,38	168,87
112	Фрикадельки мясные с соусом	120(90/30)	120,00	14,51	29,48	2,90	348,24
350	Тефтели с рисом - Ёжики (с ламинарией)	100	100,00	11,90	9,19	13,81	183,20
431	Печень по-строгановски	100	100,00	12,87	7,91	5,83	146,12
478	Запеканка картофельная с отварным мясом	230	230,00	14,80	29,38	34,31	466,56
488	Птица, тушенная в соусе с овощами	250	250,00	16,85	19,90	29,84	357,31
461	Тефтели мясные (1 в) с соусом	100(70/30)	100,00	9,57	11,35	11,10	186,46
451	Биточки из говядины с ламинарией	80	80,00	10,62	9,95	6,73	152,40
468	Оладьи из печени	90	100,00	15,70	15,53	12,43	233,16
304	Плов из птицы	240	240,00	24,13	12,97	38,43	357,42
276	Жаркое по-домашнему	180	200,00	12,46	26,69	23,71	396,06

РЫБНЫЕ БЛЮДА

№ рец	Наменование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
261	Тефтели рыбные тушеные с соусом	130(90/40)	130,00	11,80	5,26	14,02	150,27
250	Рыба, запеченная с картофелем	180	200,00	13,05	13,04	31,45	287,24
388	Котлеты рыбные	75	75,00	10,30	4,62	6,79	112,46

ГАРНИРЫ, СЛОЖНЫЕ ГАРНИРЫ

№ рец	Наменование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
520	Сложный гарнир: пюре картофельное с консервированным зеленым горошком	180	180,00	3,96	5,04	21,29	149,33
125	Сложный гарнир: картофель отварной и свежий огурец	200(180/20)	200,00	3,67	7,12	26,30	188,40
508	Сложный гарнир: каша рисовая рассыпчатая со свежим огурцом	150(130/20)	150,00	3,26	3,77	33,09	179,19
541	Сложный гарнир: рагу овощное со свежим помидором.	180(150/30)	180,00	3,06	7,92	16,27	150,54
520	Пюре картофельное	180	180,00	3,75	5,62	22,49	159,00
508	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая и соленый огурец	180(150/30)	180,00	8,83	6,12	39,33	247,65
508	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая со свежим помидором	180(160/20)	180,00	9,39	6,54	42,17	264,80
237	Рис с овощами	180	180,00	4,12	5,37	39,32	221,82
256	Сложный гарнир: макаронные изделия отварные со свежим огурцом	180(160/20)	180,00	6,12	5,85	36,87	213,02

НАПИТКИ

№ рец	Наменование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
634	Компот из вишни (свежезамороженной)	200	200,00	0,12	0,03	11,57	47,70
639	Компот из смеси сухофруктов	200	200,00	0,44	0,05	18,76	78,16
633	Компот из яблок и клубники	200	200,00	0,08	0,06	11,34	46,66

700	Напиток клюквенный	200	200,00	0,08	0,03	10,01	42,34
705	Напиток из плодов шиповника	200	200,00	0,08	0,07	11,98	48,26
685	Чай с сахаром	200	200,00	0,04	0,01	8,99	36,19
686	Чай с лимоном	200	200,00	0,10	0,02	10,20	42,56

ХЛЕБ

№ рец	Наменование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	50,00	3,30	0,60	19,80	100,50
пром	Хлеб пшеничный, порция	40	50,00	3,80	0,40	24,60	117,50