МБОУ С(К)ШИ № 37

Меню-требование 12(проживающие) 12.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
250/6	**Каша кукурузная молочная жидкая** *Крупа кукурузная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное*	кКал-382, Бел-6, Жир-9, Угл-37
45	**Бутерброд с джемом** *Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный*	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	**Кофейный напиток с молоком** *Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко*	кКал-79, Бел-3, Жир-3, Угл-16
46	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-49, Бел-3, Угл-23
40	**Хлеб бородинский.**	кКал-70, Бел-3, Угл-13
	Итого за Завтрак	кКал- 712, Бел- 16, Жир- 15, Угл- 113
	Обед	
100	**Салат из свежих огурцов** *Огурцы свежие, Масло подсолнечное*	кКал-102, Бел-1, Жир-5, Угл-2
250	**Суп картофельный с вермишелью** *Макаронные изделия яичные (вермишель), Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное , Вода*	кКал-154, Бел-3, Жир-3, Угл-22
120	**Птица (курица) отварная** *Курица, Морковь, Лук репчатый*	кКал-291, Бел-15, Жир-19, Угл-1
220	**Рагу овощное** *Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста свежая, Масло подсолнечное , Вода, Масло сливочное , Мука пшеничная, Томат-паста*	кКал-198, Бел-8, Жир-16, Угл-19
200	**Компот из брусники** *Брусника, Вода, Сахар-песок*	кКал-60, Угл-17
68	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	**Хлеб бородинский.**	кКал-70, Бел-3, Угл-13
	Итого за Обед	кКал- 947, Бел- 35, Жир- 44, Угл- 107
	Полдник	
40	**Яйцо вареное**	кКал-63, Бел-5, Жир-1
10	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-11, Бел-1, Угл-5
200	**Апельсин**	кКал-86, Угл-5
200	**Сок в ассортименте**	кКал-56, Бел-1, Угл-29
	Итого за Полдник	кКал- 216, Бел- 7, Жир- 1, Угл- 39
	Ужин 1	
100	**Салат из капусты белокочанной с морковью** *Капуста свежая, Морковь, Лук репчатый, Лимонная кислота, Масло подсолнечное*	кКал-136, Бел-2, Жир-5, Угл-9
120	**Оладьи из печени по-кунцевски** *Печень говяжья замороженная, Морковь, Мука пшеничная, Яйцо , Масло сливочное*	кКал-266, Бел-11, Жир-14, Угл-14
180/8	**Каша гречневая рассыпчатая** *Крупа гречневая, Масло сливочное*	кКал-304, Бел-10, Жир-9, Угл-44
200	**Чай с лимоном** *Чай черный, Вода, Сахар-песок, Лимоны*	кКал-62, Угл-15
56	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-59, Бел-4, Угл-28
40	**Хлеб бородинский.**	кКал-70, Бел-3, Угл-13
	Итого за Ужин 1	кКал- 897, Бел- 30, Жир- 28, Угл- 123
	Ужин 2	
200	**Снежок**	кКал-100, Бел-6, Жир-5, Угл-8
	Итого за Ужин 2	кКал-100, Бел-6, Жир-5, Угл-8
	Итого за день	кКал- 2872, Бел- 94, Жир- 93, Угл- 390

МБОУ С(К)ШИ № 37

Меню-требование 12 (приходящие) 12.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
250/6	**Каша кукурузная молочная жидкая** *Крупа кукурузная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное*	кКал-382, Бел-6, Жир-9, Угл-37
45	**Бутерброд с джемом** *Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный*	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	**Кофейный напиток с молоком** *Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко*	кКал-79, Бел-3, Жир-3, Угл-16
46	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-49, Бел-3, Угл-23
40	**Хлеб бородинский.**	кКал-70, Бел-3, Угл-13
	Итого за Завтрак	кКал- 712, Бел- 16, Жир- 15, Угл- 113
	Обед	
100	**Салат из свежих огурцов** *Огурцы свежие, Масло подсолнечное*	кКал-102, Бел-1, Жир-5, Угл-2
250	**Суп картофельный с вермишелью** *Макаронные изделия яичные (вермишель), Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное , Вода*	кКал-154, Бел-3, Жир-3, Угл-22
120	**Птица (курица) отварная** *Курица, Морковь, Лук репчатый*	кКал-291, Бел-15, Жир-19, Угл-1
220	**Рагу овощное** *Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста свежая, Масло подсолнечное , Вода, Масло сливочное , Мука пшеничная, Томат-паста*	кКал-198, Бел-8, Жир-16, Угл-19
200	**Компот из брусники** *Брусника, Вода, Сахар-песок*	кКал-60, Угл-17
68	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-72, Бел-5, Жир-1, Угл-33
40	**Хлеб бородинский.**	кКал-70, Бел-3, Угл-13
	Итого за Обед	кКал- 947, Бел- 35, Жир- 44, Угл- 107
	Полдник	
40	**Яйцо вареное**	кКал-63, Бел-5, Жир-1
10	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-11, Бел-1, Угл-5
200	**Апельсин**	кКал-86, Угл-5
200	**Сок в ассортименте**	кКал-56, Бел-1, Угл-29
	Итого за Полдник	кКал- 216, Бел- 7, Жир- 1, Угл- 39
	Итого за день	кКал- 1875, Бел- 58, Жир- 60, Угл- 259

МБОУ С(К)ШИ № 37 **Меню-требование 7 (проживающие)** 12.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
220/6	**Каша кукурузная молочная жидкая** Крупа кукурузная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное	кКал-268, Бел-7, Жир-8, Угл-41
45	**Бутерброд с джемом** Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	**Кофейный напиток с молоком** Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко	кКал-79, Бел-3, Жир-3, Угл-16
30	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-32, Бел-2, Угл-15
26	**Хлеб бородинский.**	кКал-45, Бел-2, Угл-9
	Итого за Завтрак	кКал- 556, Бел- 15, Жир- 14, Угл- 105
	Обед	
100	**Салат из свежих огурцов** Огурцы свежие, Масло подсолнечное	кКал-102, Бел-1, Жир-5, Угл-2
250	**Суп картофельный с вермишелью** Макаронные изделия яичные (вермишель), Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное , Вода	кКал-154, Бел-3, Жир-3, Угл-22
110	**Птица (курица) отварная** Курица, Морковь, Лук репчатый	кКал-267, Бел-13, Жир-17, Угл-1
200	**Рагу овощное** Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста свежая, Масло подсолнечное , Вода, Масло сливочное , Мука пшеничная, Томат-паста	кКал-180, Бел-4, Жир-11, Угл-17
200	**Компот из брусники** Брусника, Вода, Сахар-песок	кКал-60, Угл-17
50	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	**Хлеб бородинский.**	кКал-45, Бел-2, Угл-9
	Итого за Обед	кКал- 861, Бел- 27, Жир- 36, Угл- 93
	Полдник	
40	**Яйцо вареное**	кКал-63, Бел-5, Жир-1
10	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-11, Бел-1, Угл-5
200	**Апельсин**	кКал-86, Угл-5
200	**Сок в ассортименте**	кКал-56, Бел-1, Угл-29
	Итого за Полдник	кКал- 216, Бел- 7, Жир- 1, Угл- 39
	Ужин 1	
100	**Салат из капусты белокочанной с морковью** Капуста свежая, Морковь, Лук репчатый, Лимонная кислота, Масло подсолнечное	кКал-136, Бел-2, Жир-5, Угл-9
110	**Оладьи из печени по-кунцевски** Печень говяжья замороженная, Морковь, Мука пшеничная, Яйцо , Масло сливочное	кКал-244, Бел-8, Жир-13, Угл-13
150/7	**Каша гречневая рассыпчатая** Крупа гречневая, Масло сливочное	кКал-253, Бел-9, Жир-9, Угл-37
200	**Чай с лимоном** Чай черный, Вода, Сахар-песок, Лимоны	кКал-62, Угл-15
50	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-53, Бел-4, Угл-25
26	**Хлеб бородинский.**	кКал-45, Бел-2, Угл-9
	Итого за Ужин 1	кКал- 793, Бел- 25, Жир- 27, Угл- 108
	Ужин 2	
200	**Снежок**	кКал-100, Бел-6, Жир-5, Угл-8
	Итого за Ужин 2	кКал-100, Бел-6, Жир-5, Угл-8
	Итого за день	кКал- 2526, Бел- 80, Жир- 83, Угл- 353

МБОУ С(К)ШИ № 37 **Меню-требование 7 (приходящие)** 12.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
220/6	**Каша кукурузная молочная жидкая** Крупа кукурузная, Вода, молоко, Сахар-песок, Масло сливочное	кКал-268, Бел-7, Жир-8, Угл-41
45	**Бутерброд с джемом** Масло сливочное , джем , Хлеб пшеничный	кКал-132, Бел-1, Жир-3, Угл-24
200	**Кофейный напиток с молоком** Кофейный напиток, Сахар-песок, Вода, молоко	кКал-79, Бел-3, Жир-3, Угл-16
30	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-32, Бел-2, Угл-15
26	**Хлеб бородинский.**	кКал-45, Бел-2, Угл-9
	Итого за Завтрак	кКал- 556, Бел- 15, Жир- 14, Угл- 105
	Обед	
100	**Салат из свежих огурцов** Огурцы свежие, Масло подсолнечное	кКал-102, Бел-1, Жир-5, Угл-2
250	**Суп картофельный с вермишелью** Макаронные изделия яичные (вермишель), Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное , Вода	кКал-154, Бел-3, Жир-3, Угл-22
110	**Птица (курица) отварная** Курица, Морковь, Лук репчатый	кКал-267, Бел-13, Жир-17, Угл-1
200	**Рагу овощное** Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста свежая, Масло подсолнечное , Вода, Масло сливочное , Мука пшеничная, Томат-паста	кКал-180, Бел-4, Жир-11, Угл-17
200	**Компот из брусники** Брусника, Вода, Сахар-песок	кКал-60, Угл-17
50	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-53, Бел-4, Угл-25
28	**Хлеб бородинский.**	кКал-45, Бел-2, Угл-9
	Итого за Обед	кКал- 861, Бел- 27, Жир- 36, Угл- 93
	Полдник	
40	**Яйцо вареное**	кКал-63, Бел-5, Жир-1
10	**Хлеб Пшеничный.**	кКал-11, Бел-1, Угл-5
200	**Апельсин**	кКал-86, Угл-5
200	**Сок в ассортименте**	кКал-56, Бел-1, Угл-29
	Итого за Полдник	кКал- 216, Бел- 7, Жир- 1, Угл- 39
	Итого за день	кКал- 1633, Бел- 49, Жир- 51, Угл- 237