

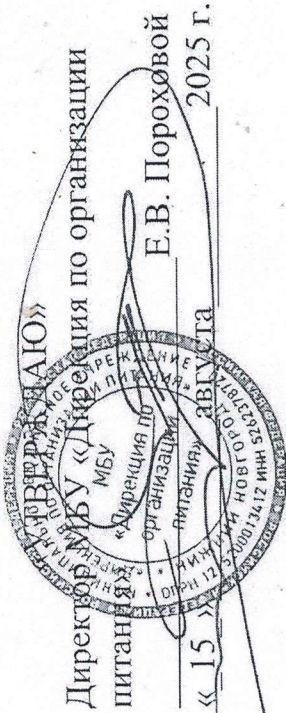
«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ «Школа №118», *И. В. Пороховой*



*И. В. Пороховой*

*2025 г.*



Директор МБОУ «Дирекция по организации питания»  
Е.В. Пороховой  
«15» *августа* 2025 г.

4-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на 1 четверть 2025-2026 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

Канавинского района школы № 41, 51, 52, 55, 75, 96, 96ф, 109, 109ф, 110, 121, 167, 168, 168ф, 176, 181, гимназия №50

Ленинского района школы № 60, 62, 72, 91, 94, 97, 100, 101, 106, 120, 123, 138, 160, 175, 177, 182(1к), 182(2к), 185ф, гимназия №184, лицей №180

Московского района школы № 21, 64, 64ф, 66, 69, 70, 73, 74, 93, 115(1к), 115(2к), 118, 139, 146, 149, 172, 178, лицей №87, гимназия №67

Сормовского района школы № 9, 26, 27, 76, 77, 78, 81, 84, 85, 117, 117ф, 141, 183ф, лицей №82

Нижегородского района школы № 3, 7, 14, 19, 22, 30, 33, 35, 42, 102, 103, 113, лицей №№ 8, 40, 40ф, гимназии №№ 1, 1ф, 13ф

Советского района школы № 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 151, 173, 188, 188ф, 189, гимназии №№ 25, 53, лицей №28ф

Приокского района № 11, 32, 34, 45, 48, 88, 88ф, 89, 132, 134, 135, 140, 152, 154, 174, гимназия №17

Автозаводского района №5, 6, 12, 15, 16, 16ф, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 111, 114, 119, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161

169, 170, 171, 179, 190, лицей №№ 36, 165, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

| № рецептуры<br>по Сборнику<br>блюد 2015г. | Наименование блюд                                                      | Выход<br>порции (г) | Пищевые вещества |             |              | Энергич<br>еская<br>ценность<br>(ккал) | Микроэлементы (мг) |            |            |              | Витамины (мг)  |              |             |             |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------|-------------|--------------|----------------------------------------|--------------------|------------|------------|--------------|----------------|--------------|-------------|-------------|
|                                           |                                                                        |                     | белки            | жиры        | углеводы     |                                        | Ca                 | Mg         | P          | Fe           | B <sub>1</sub> | C            | A           |             |
|                                           | <i>Первая неделя</i><br><b>Понедельник</b>                             |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
|                                           | <b>Завтрак</b>                                                         |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
|                                           | Сыр плавленый                                                          | 17,5                | 1,6              | 3,1         | 1,1          | 38                                     | 0                  | 0          | 0          | 0,00         | 0,00           | 0,00         | 0,00        | 0,00        |
| 210                                       | Омлет натуральный                                                      | 150                 | 13,9             | 14,4        | 3,4          | 199                                    | 124                | 20         | 245        | 2,59         | 0,06           | 0,73         | 0,11        | 0,11        |
| 306                                       | Горошек зелёный консервированный                                       | 50                  | 1,6              | 0,1         | 3,2          | 20                                     | 10                 | 10         | 32         | 0,36         | 0,00           | 5,00         | 0,00        | 0,00        |
| 338                                       | Фрукты свежие                                                          | 110                 | 0,4              | 0,4         | 10,8         | 49                                     | 18                 | 10         | 12         | 2,40         | 0,00           | 11,00        | 0,00        | 0,00        |
| 376                                       | Чай с сахаром                                                          | 200                 | 0,2              | 0,1         | 5,0          | 21                                     | 5                  | 4          | 8          | 0,90         | 0,00           | 0,10         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 49                  | 4,0              | 1,0         | 28,6         | 143                                    | 20                 | 0          | 0          | 1,00         | 0,20           | 0,00         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>21,7</b>      | <b>19,1</b> | <b>52,1</b>  | <b>470</b>                             | <b>177</b>         | <b>44</b>  | <b>297</b> | <b>7,25</b>  | <b>0,26</b>    | <b>16,83</b> | <b>0,11</b> | <b>0,11</b> |
|                                           | <b>Обед</b>                                                            |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
| 102                                       | Суп картофельный с горохом, зеленью                                    | 200                 | 4,7              | 4,4         | 15,7         | 122                                    | 23                 | 26         | 70         | 1,60         | 0,30           | 4,80         | 0,00        | 0,00        |
| 265                                       | Плов из говядины                                                       | 150                 | 8,6              | 8,6         | 25,7         | 214                                    | 11                 | 31         | 73         | 1,20         | 0,70           | 0,10         | 0,00        | 0,00        |
| 71                                        | Огурцы свежие (доп.гарнир)                                             | 60                  | 0,5              | 0,0         | 1,5          | 8                                      | 14                 | 8          | 25         | 0,40         | 0,00           | 6,00         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | Кеке для детского питания                                              | 28                  | 1,7              | 6,2         | 15,7         | 124                                    | 0                  | 0          | 0          | 0,00         | 0,00           | 0,00         | 0,00        | 0,00        |
| 389                                       | Сок фруктовый                                                          | 200                 | 0,2              | 0,1         | 10,1         | 41                                     | 5                  | 4          | 8          | 0,90         | 0,00           | 0,10         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/50               | 5,8              | 1,3         | 39,4         | 196                                    | 38                 | 0          | 0          | 1,98         | 0,25           | 0,00         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>21,5</b>      | <b>20,6</b> | <b>108,1</b> | <b>705</b>                             | <b>91</b>          | <b>69</b>  | <b>176</b> | <b>6,08</b>  | <b>1,25</b>    | <b>11,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> |
|                                           | <b>Полдник</b>                                                         |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
| ТТК 376                                   | Пирожок печёный слобный с творогом                                     | 100                 | 12,0             | 9,3         | 27,9         | 243                                    | 91                 | 19         | 128        | 0,68         | 0,07           | 0,09         | 0,03        | 0,03        |
| 338                                       | Фрукты свежие                                                          | 110                 | 0,4              | 0,4         | 10,8         | 49                                     | 18                 | 10         | 12         | 2,40         | 0,00           | 11,00        | 0,00        | 0,00        |
| 377                                       | Чай с лимоном                                                          | 200/7               | 0,3              | 0,1         | 10,3         | 43                                     | 8                  | 5          | 10         | 0,90         | 0,00           | 2,90         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>12,7</b>      | <b>9,8</b>  | <b>49,0</b>  | <b>335</b>                             | <b>117</b>         | <b>34</b>  | <b>150</b> | <b>3,98</b>  | <b>0,07</b>    | <b>13,99</b> | <b>0,03</b> | <b>0,03</b> |
|                                           | <b>Итого:</b>                                                          |                     | <b>55,9</b>      | <b>49,5</b> | <b>209,2</b> | <b>1510</b>                            | <b>385</b>         | <b>147</b> | <b>623</b> | <b>17,31</b> | <b>1,58</b>    | <b>41,82</b> | <b>0,14</b> | <b>0,14</b> |
|                                           | <b>Вторник</b>                                                         |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
|                                           | <b>Завтрак</b>                                                         |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
| 864/2022                                  | Блины "Домашние" со ступённым молоком                                  | 168/30              | 12,2             | 27,2        | 51,9         | 502                                    | 92                 | 10         | 0          | 0,00         | 0,00           | 0,30         | 0,00        | 0,00        |
| 338                                       | Фрукты свежие                                                          | 180                 | 0,7              | 0,5         | 18,5         | 85                                     | 34                 | 22         | 29         | 4,10         | 0,00           | 9,00         | 0,00        | 0,00        |
| 377                                       | Чай с лимоном                                                          | 200/10              | 0,3              | 0,1         | 10,3         | 43                                     | 9                  | 6          | 10         | 0,90         | 0,00           | 4,10         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>13,2</b>      | <b>27,8</b> | <b>80,7</b>  | <b>630</b>                             | <b>135</b>         | <b>38</b>  | <b>39</b>  | <b>5,00</b>  | <b>0,00</b>    | <b>13,40</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> |
|                                           | <b>Обед</b>                                                            |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
| 157                                       | Солянка домашняя со сметаной, зеленью                                  | 205                 | 5,5              | 5,1         | 5,6          | 91                                     | 17                 | 26         | 56         | 0,90         | 0,13           | 4,20         | 0,01        | 0,01        |
| 295                                       | Котлета куриная                                                        | 100                 | 20,2             | 9,0         | 16,8         | 229                                    | 42                 | 72         | 151        | 1,80         | 0,20           | 1,30         | 0,10        | 0,10        |
| 309                                       | Рожки отварные                                                         | 150                 | 5,4              | 4,9         | 27,9         | 178                                    | 6                  | 8          | 35         | 0,80         | 0,10           | 0,00         | 0,00        | 0,00        |
| 71                                        | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                           | 70                  | 0,8              | 0,1         | 2,7          | 15                                     | 10                 | 14         | 18         | 0,63         | 0,04           | 17,50        | 0,00        | 0,00        |
| ТТК 206                                   | Компот из ягод                                                         | 200                 | 0,2              | 0,1         | 12,0         | 49                                     | 11                 | 8          | 9          | 0,20         | 0,00           | 4,50         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/50               | 5,8              | 1,3         | 39,4         | 193                                    | 38                 | 0          | 0          | 1,98         | 0,25           | 0,00         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>37,9</b>      | <b>20,5</b> | <b>104,4</b> | <b>755</b>                             | <b>124</b>         | <b>128</b> | <b>269</b> | <b>6,31</b>  | <b>0,72</b>    | <b>27,50</b> | <b>0,11</b> | <b>0,11</b> |
|                                           | <b>Полдник</b>                                                         |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
| ТТК 376                                   | Пирожок печёный слобный с курицей капустой                             | 100                 | 11,7             | 7,5         | 24,8         | 213                                    | 37                 | 33         | 76         | 0,96         | 0,08           | 1,20         | 0,03        | 0,03        |
| 338                                       | Фрукты свежие                                                          | 110                 | 0,4              | 0,4         | 10,8         | 49                                     | 18                 | 10         | 12         | 2,40         | 0,00           | 11,00        | 0,00        | 0,00        |
| 376                                       | Чай с сахаром                                                          | 200                 | 0,2              | 0,1         | 5,0          | 21                                     | 5                  | 4          | 8          | 0,90         | 0,00           | 0,10         | 0,00        | 0,00        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>12,3</b>      | <b>8,0</b>  | <b>40,6</b>  | <b>283</b>                             | <b>60</b>          | <b>47</b>  | <b>96</b>  | <b>4,26</b>  | <b>0,08</b>    | <b>12,30</b> | <b>0,03</b> | <b>0,03</b> |
|                                           | <b>Итого:</b>                                                          |                     | <b>63,4</b>      | <b>56,3</b> | <b>225,7</b> | <b>1668</b>                            | <b>319</b>         | <b>213</b> | <b>404</b> | <b>15,57</b> | <b>0,80</b>    | <b>53,20</b> | <b>0,14</b> | <b>0,14</b> |
|                                           | <b>Среда</b>                                                           |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
|                                           | <b>Завтрак</b>                                                         |                     |                  |             |              |                                        |                    |            |            |              |                |              |             |             |
| 14                                        | Масло шоколадное                                                       | 15                  | 0,2              | 9,3         | 3,3          | 98                                     | 0                  | 0          | 0          | 0,00         | 0,00           | 0,00         | 0,00        | 0,00        |
| ТТК 147                                   | Каши молочная рисовая с маслом                                         | 150/5               | 4,0              | 6,1         | 22,8         | 163                                    | 113                | 23         | 113        | 0,30         | 0,04           | 1,20         | 0,20        | 0,20        |
|                                           | Йогурт с малиной                                                       | 100                 | 2,8              | 2,8         | 11,5         | 82                                     | 0                  | 0          | 0          | 0,00         | 0,00           | 0,00         | 0,00        | 0,00        |

|           |                                                                                       |             |                    |                    |                     |                  |                |              |                |                      |                      |                      |                      |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------|--------------------|---------------------|------------------|----------------|--------------|----------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| 377       | Чай с лимоном<br>Батон, витаминный с микроэлементами<br><b>Всего:</b>                 | 200/7<br>45 | 0,3<br>3,6<br>10,9 | 0,1<br>0,9<br>19,2 | 5,2<br>25,7<br>68,5 | 23<br>126<br>492 | 8<br>18<br>139 | 5<br>0<br>28 | 10<br>0<br>123 | 0,88<br>0,90<br>2,08 | 0,00<br>0,18<br>0,22 | 2,90<br>0,00<br>4,10 | 0,00<br>0,00<br>0,20 |
| ТТК 370   | Обед<br>Суп сырный с грибами, зеленью                                                 | 200/15      | 3,8                | 4,8                | 21,7                | 145              | 104            | 15           | 82             | 1,00                 | 0,34                 | 9,40                 | 0,02                 |
| ТТК 274   | Ежики Аппетитные                                                                      | 100/50      | 11,3               | 11,8               | 12,9                | 202              | 17             | 15           | 77             | 0,80                 | 0,10                 | 1,00                 | 0,00                 |
| 312       | Пюре картофельное                                                                     | 180         | 3,8                | 6,3                | 14,5                | 130              | 46             | 33           | 99             | 1,20                 | 0,00                 | 0,40                 | 0,10                 |
| 338       | Фрукты свежие                                                                         | 110         | 0,4                | 0,4                | 10,8                | 49               | 18             | 10           | 12             | 2,40                 | 0,00                 | 11,00                | 0,00                 |
| 348       | Компот из кураги                                                                      | 200         | 1,1                | 0,0                | 13,2                | 86               | 33             | 21           | 29             | 0,70                 | 0,00                 | 0,90                 | 0,00                 |
|           | Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами<br><b>Всего:</b> | 25/38       | 4,7<br>25,1        | 1,0<br>24,3        | 31,4<br>104,5       | 154<br>766       | 32<br>250      | 0<br>94      | 0<br>299       | 1,70<br>7,80         | 0,21<br>0,65         | 0,00<br>22,70        | 0,00<br>0,12         |
| ТТК 357/1 | Полдник<br>Маковый рулетик посыпной                                                   | 95          | 8,2                | 10,3               | 40,2                | 286              | 36             | 11           | 60             | 0,67                 | 0,08                 | 0,07                 | 0,01                 |
| 338       | Фрукты свежие                                                                         | 110         | 0,4                | 0,4                | 10,8                | 49               | 18             | 10           | 12             | 2,40                 | 0,00                 | 11,00                | 0,00                 |
| ТТК 89    | Компот из апельсинов                                                                  | 200         | 0,2                | 0,1                | 17,0                | 69               | 9              | 3            | 6              | 0,10                 | 0,01                 | 15,00                | 0,00                 |
|           | <b>Всего:</b>                                                                         |             | 8,8                | 10,8               | 68,0                | 404              | 63             | 24           | 78             | 3,17                 | 0,09                 | 26,07                | 0,01                 |
|           | <b>Итого:</b>                                                                         |             | 44,8               | 54,3               | 241,0               | 1662             | 453            | 146          | 500            | 13,05                | 0,95                 | 52,87                | 0,33                 |
| Четверг   |                                                                                       |             |                    |                    |                     |                  |                |              |                |                      |                      |                      |                      |
| 14        | Завтрак<br>Масло сливочное                                                            | 10          | 0,1                | 7,3                | 0,1                 | 66               | 2              | 0            | 3              | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 |
| 223       | Запеканка из творога со стёртым молоком                                               | 150/30      | 25,7               | 20,1               | 38,2                | 437              | 306            | 41           | 373            | 1,00                 | 0,10                 | 0,50                 | 0,10                 |
| 338       | Фрукты свежие                                                                         | 110         | 0,4                | 0,4                | 10,8                | 49               | 18             | 10           | 12             | 2,40                 | 0,00                 | 11,00                | 0,00                 |
| 376       | Чай с сахаром                                                                         | 200         | 0,2                | 0,1                | 5,0                 | 21               | 5              | 4            | 8              | 0,90                 | 0,00                 | 0,10                 | 0,00                 |
|           | Батон, витаминный с микроэлементами<br><b>Всего:</b>                                  | 26          | 2,0<br>28,4        | 0,5<br>28,4        | 14,3<br>68,4        | 70<br>643        | 10<br>341      | 0<br>55      | 0<br>396       | 0,50<br>4,80         | 0,10<br>0,20         | 0,00<br>11,60        | 0,00<br>0,10         |
| 82        | Обед<br>Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью                     | 205         | 1,7                | 4,7                | 8,7                 | 84               | 37             | 19           | 48             | 1,00                 | 0,18                 | 9,50                 | 0,01                 |
| 431/2004  | Печень по-строгановски                                                                | 100         | 13,7               | 10,5               | 7,5                 | 179              | 18             | 16           | 233            | 4,90                 | 0,20                 | 8,20                 | 0,02                 |
| 309       | Вареники отварная                                                                     | 150         | 5,4                | 4,9                | 27,9                | 178              | 6              | 8            | 35             | 0,80                 | 0,10                 | 0,00                 | 0,00                 |
|           | Соус с фруктовой начинкой                                                             | 70          | 3,5                | 10,9               | 43,3                | 289              | 0              | 0            | 0              | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 |
| 389       | Сок фруктовый                                                                         | 200         | 0,2                | 0,1                | 10,1                | 41               | 5              | 4            | 8              | 0,90                 | 0,00                 | 0,10                 | 0,00                 |
|           | Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами<br><b>Всего:</b> | 25/38       | 4,8<br>29,3        | 1,1<br>32,2        | 32,5<br>130,0       | 159<br>930       | 33<br>99       | 0<br>47      | 0<br>324       | 1,74<br>9,34         | 0,21<br>0,69         | 0,00<br>17,80        | 0,00<br>0,03         |
| 386       | Полдник<br>Кисломолочный напиток "Снежок"                                             | 200         | 5,6                | 5,0                | 22,0                | 156              | 242            | 30           | 188            | 0,20                 | 0,10                 | 1,80                 | 0,00                 |
| 421       | Сдоба обыкновенная                                                                    | 100         | 7,7                | 6,0                | 45,4                | 266              | 13             | 11           | 57             | 0,81                 | 0,10                 | 0,00                 | 0,00                 |
|           | <b>Всего:</b>                                                                         |             | 13,3               | 11,0               | 67,4                | 422              | 255            | 41           | 245            | 1,01                 | 0,20                 | 1,80                 | 0,00                 |
|           | <b>Итого:</b>                                                                         |             | 71,0               | 71,6               | 265,8               | 1995             | 695            | 143          | 965            | 15,15                | 1,09                 | 31,20                | 0,13                 |
| Пятница   |                                                                                       |             |                    |                    |                     |                  |                |              |                |                      |                      |                      |                      |
| 14        | Завтрак<br>Масло сливочное                                                            | 10          | 0,1                | 7,3                | 0,1                 | 66               | 2              | 0            | 3              | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 |
| ТТК 42    | Котлета куриная с сыром                                                               | 90          | 11,9               | 8,1                | 7,9                 | 152              | 169            | 39           | 102            | 0,80                 | 0,05                 | 0,25                 | 0,02                 |
| 304       | Рис отварной                                                                          | 150         | 3,7                | 6,3                | 28,5                | 185              | 1              | 12           | 62             | 0,50                 | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 |
|           | Пюре фруктовое                                                                        | 125         | 0,0                | 0,0                | 13,8                | 55               | 0              | 0            | 0              | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 | 0,00                 |
| 376       | Чай с сахаром                                                                         | 200         | 0,2                | 0,1                | 5,0                 | 21               | 5              | 4            | 8              | 0,90                 | 0,00                 | 0,10                 | 0,00                 |
|           | Батон, витаминный с микроэлементами<br><b>Всего:</b>                                  | 41          | 3,2<br>19,1        | 0,8<br>22,6        | 22,9<br>78,2        | 112<br>591       | 16<br>193      | 0<br>55      | 0<br>175       | 0,80<br>3,00         | 0,13<br>0,18         | 0,00<br>0,35         | 0,00<br>0,02         |
| 278/2022  | Обед<br>Суп куриный с зеленью                                                         | 200         | 1,8                | 2,4                | 9,4                 | 77               | 13             | 21           | 56             | 0,72                 | 0,32                 | 0,08                 | 0,01                 |
| ТТК 65    | Митболлы в томатном соусе                                                             | 100/50      | 19,8               | 18,2               | 11,5                | 286              | 18             | 19           | 12             | 1,50                 | 0,20                 | 0,55                 | 0,04                 |
| 312       | Пюре картофельное                                                                     | 150         | 3,1                | 5,2                | 12,1                | 108              | 38             | 28           | 82             | 1,00                 | 0,10                 | 5,10                 | 0,10                 |
| 71        | Огурцы свежие (доп.гарнир)                                                            | 50          | 0,4                | 0,0                | 1,3                 | 7                | 12             | 7            | 21             | 0,30                 | 0,00                 | 5,00                 | 0,00                 |
| 388       | Напиток из шиповника                                                                  | 200         | 0,7                | 0,3                | 24,6                | 104              | 10             | 3            | 3              | 0,70                 | 0,00                 | 20,00                | 0,00                 |





|         |                                                                        |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|---------|------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|-------|------|-------|------|
| ТТК 242 | Филе куриное панированное                                              | 100    | 24,0 | 16,7 | 12,4  | 296  | 17  | 89  | 173 | 2,11  | 0,11 | 1,66  | 0,08 |
| 312     | Пюре картофельное                                                      | 180    | 3,8  | 6,3  | 14,5  | 130  | 46  | 33  | 99  | 1,20  | 0,00 | 0,40  | 0,10 |
| ТТК 275 | Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)           | 70     | 1,1  | 3,6  | 8,5   | 71   | 30  | 10  | 19  | 0,40  | 0,00 | 18,60 | 0,00 |
| ТТК 89  | Компот из апельсинов                                                   | 200    | 0,2  | 0,1  | 17,0  | 69   | 9   | 3   | 6   | 0,10  | 0,01 | 15,00 | 0,00 |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/46  | 5,4  | 1,2  | 36,5  | 179  | 36  | 0   | 0   | 1,88  | 0,23 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        | 36,3 | 33,5 | 96,9  | 834  | 168 | 150 | 334 | 6,69  | 0,50 | 42,96 | 0,19 |
| ТТК 376 | Полдник                                                                | 100    | 5,6  | 7,2  | 27,9  | 199  | 29  | 16  | 64  | 0,76  | 0,09 | 1,33  | 0,01 |
|         | Пирожок печёный слобный с картофелем, луком                            | 200    | 2,0  | 1,0  | 22,0  | 100  | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|         | Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"                                    |        | 7,6  | 8,2  | 49,9  | 299  | 29  | 16  | 64  | 0,76  | 0,09 | 1,33  | 0,01 |
|         | Всего:                                                                 |        | 61,4 | 68,4 | 225,3 | 1759 | 256 | 205 | 512 | 13,22 | 0,89 | 62,39 | 0,20 |
|         | Итого:                                                                 |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Третья неделя                                                          |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Понедельник                                                            |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Завтрак                                                                | 17,5   | 1,6  | 3,1  | 1,1   | 38   | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|         | Сыр плавленый                                                          | 150    | 13,9 | 14,4 | 3,4   | 199  | 124 | 20  | 245 | 2,59  | 0,06 | 0,73  | 0,11 |
| 210     | Омлет натуральный                                                      | 50     | 1,6  | 0,1  | 3,2   | 20   | 10  | 10  | 32  | 0,36  | 0,00 | 5,00  | 0,00 |
| 306     | Горошек зелёный консервированный                                       | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,40  | 0,00 | 11,00 | 0,00 |
| 338     | Фрукты свежие                                                          | 200    | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
| 376     | Чай с сахаром                                                          | 49     | 4,0  | 1,0  | 28,6  | 143  | 20  | 0   | 0   | 1,00  | 0,20 | 0,00  | 0,00 |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   |        | 21,7 | 19,1 | 52,1  | 470  | 177 | 44  | 297 | 7,25  | 0,26 | 16,83 | 0,11 |
|         | Всего:                                                                 |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Обед                                                                   | 200    | 4,7  | 4,4  | 15,7  | 122  | 23  | 26  | 70  | 1,60  | 0,30 | 4,80  | 0,00 |
| 102     | Суп картофельный с горохом, зеленью                                    | 150    | 8,6  | 8,6  | 25,7  | 214  | 11  | 31  | 73  | 1,20  | 0,70 | 0,10  | 0,00 |
| 265     | Плов из говядины                                                       | 60     | 0,5  | 0,0  | 1,5   | 8    | 14  | 8   | 25  | 0,40  | 0,00 | 6,00  | 0,00 |
| 71      | Огурцы свежие (доп.гарнир)                                             | 28     | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|         | Кекс для детского питания                                              | 200    | 0,2  | 0,1  | 10,1  | 41   | 5   | 4   | 8   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
| 389     | Сок фруктовый                                                          | 25/50  | 5,8  | 1,3  | 39,4  | 196  | 38  | 0   | 0   | 1,98  | 0,25 | 0,00  | 0,00 |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами |        | 21,5 | 20,6 | 108,1 | 705  | 91  | 69  | 176 | 6,08  | 1,25 | 11,00 | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Полдник                                                                | 100    | 12,0 | 9,3  | 27,9  | 243  | 91  | 19  | 128 | 0,68  | 0,07 | 0,09  | 0,03 |
| ТТК 376 | Пирожок печёный слобный с творогом                                     | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,40  | 0,00 | 11,00 | 0,00 |
| 338     | Фрукты свежие                                                          | 200/7  | 0,3  | 0,1  | 10,3  | 43   | 8   | 5   | 10  | 0,90  | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
| 377     | Чай с лимоном                                                          |        | 12,7 | 9,8  | 49,0  | 335  | 117 | 34  | 150 | 3,98  | 0,07 | 13,99 | 0,03 |
|         | Всего:                                                                 |        | 55,9 | 49,5 | 209,2 | 1510 | 385 | 147 | 623 | 17,31 | 1,58 | 41,82 | 0,14 |
|         | Итого:                                                                 |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Вторник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Завтрак                                                                | 10     | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 66   | 2   | 0   | 3   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 14      | Масло сливочное                                                        | 15     | 3,5  | 4,4  | 0,0   | 53   | 150 | 8   | 90  | 0,15  | 0,01 | 0,12  | 0,05 |
| 15      | Сыр порционно                                                          | 150/5  | 4,7  | 6,6  | 22,5  | 168  | 124 | 27  | 127 | 0,50  | 0,08 | 1,30  | 0,20 |
| ТТК 147 | Каша молочная "Дружба" с маслом                                        | 100    | 2,8  | 2,8  | 11,5  | 82   | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|         | Йогурт с малиной                                                       | 200    | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
| 376     | Чай с сахаром                                                          | 27     | 2,0  | 0,5  | 14,3  | 80   | 10  | 0   | 0   | 0,50  | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   |        | 13,3 | 21,7 | 53,4  | 470  | 291 | 39  | 228 | 2,05  | 0,19 | 1,52  | 0,25 |
|         | Всего:                                                                 |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Обед                                                                   | 205    | 1,7  | 4,7  | 8,7   | 84   | 37  | 19  | 48  | 1,00  | 0,18 | 9,50  | 0,01 |
| 82      | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью              | 100/50 | 15,6 | 8,1  | 9,3   | 173  | 127 | 11  | 107 | 0,60  | 0,10 | 1,00  | 0,30 |
| ТТК 94  | Фишболы в сырном соусе                                                 | 180    | 3,8  | 6,3  | 14,5  | 130  | 46  | 33  | 99  | 1,20  | 0,00 | 0,40  | 0,10 |
| 312     | Пюре картофельное                                                      | 200    | 0,2  | 0,1  | 12,0  | 49   | 11  | 8   | 9   | 0,20  | 0,00 | 4,50  | 0,00 |
| ТТК 206 | Компот из ягод                                                         | 25/27  | 3,8  | 0,8  | 25,1  | 123  | 28  | 0   | 0   | 1,50  | 0,20 | 0,00  | 0,00 |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами |        | 25,1 | 20,0 | 69,6  | 559  | 249 | 71  | 263 | 4,50  | 0,48 | 15,40 | 0,41 |
|         | Всего:                                                                 |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Полдник                                                                | 200    | 5,6  | 5,0  | 22,0  | 156  | 242 | 30  | 188 | 0,20  | 0,10 | 1,80  | 0,00 |
| 386     | Кисломолочный напиток "Снежок"                                         |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |

|          |                                                                        |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|----------|------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|--------------|-------------|--------------|-------------|
| 421      | Слоба обыкновенная                                                     | 100       | 7,7         | 6,0         | 45,4         | 266         | 13         | 11         | 57         | 0,81         | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | <b>13,3</b> | <b>11,0</b> | <b>67,4</b>  | <b>422</b>  | <b>255</b> | <b>41</b>  | <b>245</b> | <b>1,01</b>  | <b>0,20</b> | <b>1,80</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |           | <b>51,7</b> | <b>52,7</b> | <b>190,4</b> | <b>1451</b> | <b>795</b> | <b>151</b> | <b>736</b> | <b>7,56</b>  | <b>0,87</b> | <b>18,72</b> | <b>0,66</b> |
|          | Среда                                                                  |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | Завтрак                                                                |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 10        | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 66          | 2          | 0          | 3          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 223      | Запеканка из творога со стужённым молоком                              | 150/30    | 25,7        | 20,1        | 38,2         | 437         | 306        | 41         | 373        | 1,00         | 0,10        | 0,50         | 0,10        |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110       | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,40         | 0,00        | 11,00        | 0,00        |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200       | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 26        | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 70          | 10         | 0          | 0          | 0,50         | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | <b>28,4</b> | <b>28,4</b> | <b>68,4</b>  | <b>643</b>  | <b>341</b> | <b>55</b>  | <b>396</b> | <b>4,80</b>  | <b>0,20</b> | <b>11,60</b> | <b>0,10</b> |
|          | Обед                                                                   |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 177/2004 | Булбон с куриным филе, гречками, зеленью                               | 25/15/200 | 9,5         | 0,8         | 14,0         | 102         | 15         | 24         | 39         | 0,84         | 0,16        | 1,50         | 0,02        |
| 259      | Жаркое по-домашнему                                                    | 150       | 9,3         | 9,7         | 14,0         | 182         | 17         | 34         | 70         | 1,80         | 0,30        | 6,20         | 0,00        |
| ТТК 275  | Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)           | 60        | 0,9         | 3,0         | 6,8          | 59          | 26         | 9          | 17         | 0,30         | 0,01        | 16,00        | 0,00        |
|          | Вафли                                                                  | 18        | 0,8         | 4,5         | 11,9         | 92          | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 348      | Компот из кураги                                                       | 200       | 1,1         | 0,0         | 13,2         | 86          | 33         | 21         | 29         | 0,70         | 0,00        | 0,90         | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/44     | 5,4         | 1,2         | 36,5         | 184         | 36         | 0          | 0          | 1,88         | 0,23        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | <b>27,0</b> | <b>19,2</b> | <b>96,4</b>  | <b>705</b>  | <b>127</b> | <b>88</b>  | <b>155</b> | <b>5,52</b>  | <b>0,70</b> | <b>24,60</b> | <b>0,02</b> |
|          | Полдник                                                                |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| ТТК 376  | Пирожок печёный слобный с курицей капустой                             | 100       | 11,7        | 7,5         | 24,8         | 213         | 37         | 33         | 76         | 0,96         | 0,08        | 1,20         | 0,03        |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 106       | 0,4         | 0,4         | 10,4         | 47          | 17         | 10         | 12         | 2,31         | 0,03        | 10,60        | 0,00        |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200       | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | <b>12,3</b> | <b>7,6</b>  | <b>29,8</b>  | <b>234</b>  | <b>42</b>  | <b>37</b>  | <b>84</b>  | <b>1,86</b>  | <b>0,08</b> | <b>1,30</b>  | <b>0,03</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |           | <b>67,7</b> | <b>55,2</b> | <b>194,6</b> | <b>1582</b> | <b>510</b> | <b>180</b> | <b>635</b> | <b>12,18</b> | <b>0,98</b> | <b>37,50</b> | <b>0,15</b> |
|          | Четверг                                                                |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | Завтрак                                                                |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 10/2004  | Бутерброд горячий с сыром                                              | 50        | 8,5         | 12,7        | 11,5         | 195         | 309        | 17         | 181        | 0,40         | 0,15        | 0,00         | 0,00        |
| 182      | Каша молочная пшённая с маслом                                         | 150/5     | 4,9         | 6,6         | 21,5         | 164         | 117        | 29         | 128        | 0,60         | 0,04        | 1,62         | 0,02        |
|          | Кисломолочный продукт "Биолакт"                                        | 100       | 2,8         | 3,2         | 8,0          | 75          | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 382      | Какао с молоком                                                        | 200       | 3,6         | 3,0         | 20,8         | 124         | 124        | 27         | 109        | 0,80         | 0,00        | 1,30         | 0,00        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 20        | 1,6         | 0,4         | 11,4         | 56          | 8          | 0          | 0          | 0,40         | 0,06        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | <b>21,4</b> | <b>25,9</b> | <b>73,2</b>  | <b>614</b>  | <b>558</b> | <b>73</b>  | <b>418</b> | <b>2,20</b>  | <b>0,25</b> | <b>2,92</b>  | <b>0,02</b> |
|          | Обед                                                                   |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 103      | Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками, зеленью         | 20/200    | 6,5         | 4,9         | 16,9         | 137         | 15         | 21         | 174        | 1,00         | 0,20        | 6,90         | 0,00        |
| ТТК 99   | Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе                           | 100       | 16,3        | 7,8         | 3,0          | 156         | 141        | 62         | 191        | 1,00         | 0,01        | 0,20         | 3,30        |
| 304      | Рис отварной                                                           | 150       | 3,7         | 6,3         | 28,5         | 185         | 1          | 12         | 62         | 0,50         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110       | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,40         | 0,00        | 11,00        | 0,00        |
| ТТК 243  | Кисель плодово-ягодный витаминизированный                              | 200       | 0,0         | 0,0         | 28,0         | 112         | 3          | 0          | 6          | 0,00         | 0,00        | 7,60         | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/56     | 6,3         | 1,4         | 42,8         | 210         | 40         | 0          | 0          | 2,08         | 0,26        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | <b>33,2</b> | <b>20,8</b> | <b>130,0</b> | <b>849</b>  | <b>218</b> | <b>105</b> | <b>445</b> | <b>6,98</b>  | <b>0,47</b> | <b>25,70</b> | <b>3,30</b> |
|          | Полдник                                                                |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| ТТК 376  | Пирожок печёный слобный с мясом рисом                                  | 100       | 12,1        | 13,3        | 27,1         | 277         | 29         | 21         | 124        | 1,24         | 0,17        | 0,05         | 0,01        |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200       | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | <b>12,3</b> | <b>13,4</b> | <b>32,1</b>  | <b>298</b>  | <b>34</b>  | <b>25</b>  | <b>132</b> | <b>2,14</b>  | <b>0,17</b> | <b>0,15</b>  | <b>0,01</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |           | <b>66,9</b> | <b>60,1</b> | <b>235,3</b> | <b>1761</b> | <b>810</b> | <b>203</b> | <b>995</b> | <b>11,32</b> | <b>0,89</b> | <b>28,77</b> | <b>3,33</b> |
|          | Пятница                                                                |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | Завтрак                                                                |           |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 14       | Масло шоколадное                                                       | 10        | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 65          | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| ТТК 499  | Котлета куриная                                                        | 90        | 14,6        | 7,9         | 5,2          | 156         | 8          | 20         | 91         | 0,90         | 0,10        | 0,50         | 0,00        |
| 309      | Рожки отварные                                                         | 150       | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 178         | 6          | 8          | 35         | 0,80         | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
| 71       | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                           | 60        | 0,7         | 0,1         | 2,4          | 14          | 8          | 12         | 16         | 0,60         | 0,04        | 15,00        | 0,00        |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110       | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,40         | 0,00        | 11,00        | 0,00        |

|          |                                                                                                                                                                                    |                         |                                   |                                   |                                      |                               |                              |                          |                            |                                      |                                      |                                      |                                        |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------|
| 377      | Чай с лимоном<br>Батон, витаминный с микронутриентами<br><b>Всего:</b>                                                                                                             | 200/7<br>39             | 0,3<br>3,2<br>24,7                | 0,1<br>0,8<br>20,4                | 10,3<br>22,9<br>81,7                 | 43<br>112<br>617              | 8<br>16<br>64                | 5<br>0<br>55             | 10<br>0<br>164             | 0,90<br>0,80<br>6,40                 | 0,00<br>0,13<br>0,37                 | 2,90<br>0,00<br>29,40                | 0,00<br>0,00<br>0,00                   |
| 157      | Обед                                                                                                                                                                               | 205                     | 5,5                               | 5,1                               | 5,6                                  | 91                            | 17                           | 26                       | 56                         | 0,90                                 | 0,13                                 | 4,20                                 | 0,01                                   |
| 284      | Солянка домашняя со сметаной, зеленью<br>Запеканка картофельная с мясом                                                                                                            | 150                     | 11,0                              | 9,2                               | 15,8                                 | 189                           | 14                           | 33                       | 107                        | 1,40                                 | 0,10                                 | 3,20                                 | 0,00                                   |
| ТТК 275  | Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)                                                                                                                       | 70                      | 1,1                               | 3,6                               | 8,5                                  | 71                            | 30                           | 10                       | 19                         | 0,40                                 | 0,00                                 | 18,60                                | 0,00                                   |
|          | Печенье                                                                                                                                                                            | 20                      | 1,5                               | 2,8                               | 13,6                                 | 86                            | 0                            | 0                        | 0                          | 0,00                                 | 0,00                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
| ТТК 206  | Компот из ягод                                                                                                                                                                     | 200                     | 0,2                               | 0,1                               | 12,0                                 | 49                            | 11                           | 8                        | 9                          | 0,20                                 | 0,00                                 | 4,50                                 | 0,00                                   |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                                                                                                             | 25/44                   | 5,3                               | 1,2                               | 36,0                                 | 176                           | 36                           | 0                        | 0                          | 1,86                                 | 0,23                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                      |                         | 24,6                              | 22,0                              | 91,5                                 | 662                           | 108                          | 77                       | 191                        | 4,76                                 | 0,46                                 | 30,50                                | 0,01                                   |
| ТТК 376  | Подник<br>Пирожок печёный слобный с картофелем, луком<br>Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В <sub>2</sub>                                               | 100<br>200              | 5,6<br>2,0                        | 7,2<br>6,4                        | 27,9<br>19,0                         | 199<br>140                    | 29<br>0                      | 16<br>0                  | 64<br>0                    | 0,76<br>0,00                         | 0,09<br>0,00                         | 1,33<br>0,00                         | 0,01<br>0,00                           |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                      |                         | 7,6                               | 13,6                              | 46,9                                 | 339                           | 29                           | 16                       | 64                         | 0,76                                 | 0,09                                 | 1,33                                 | 0,01                                   |
|          | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                      |                         | 56,9                              | 56,0                              | 220,0                                | 1618                          | 201                          | 148                      | 419                        | 11,92                                | 0,92                                 | 61,23                                | 0,02                                   |
|          | Четвертая неделя<br>Понедельник                                                                                                                                                    |                         |                                   |                                   |                                      |                               |                              |                          |                            |                                      |                                      |                                      |                                        |
| 204      | Завтрак<br>Макароны с сыром<br>Творог с фруктовым наполнителем для детского питания<br>Кофейный напиток быстрорастворимый<br>Батон, витаминный с микронутриентами<br><b>Всего:</b> | 180<br>100<br>200<br>33 | 10,2<br>7,6<br>2,6<br>2,6<br>23,0 | 13,5<br>4,2<br>1,8<br>0,7<br>20,2 | 29,0<br>11,1<br>16,6<br>18,9<br>75,6 | 278<br>113<br>93<br>94<br>578 | 121<br>85<br>84<br>13<br>303 | 19<br>0<br>10<br>0<br>29 | 131<br>0<br>63<br>0<br>194 | 0,80<br>0,00<br>0,10<br>0,70<br>1,60 | 0,06<br>0,00<br>0,03<br>0,10<br>0,18 | 0,00<br>0,00<br>0,90<br>0,00<br>0,90 | 0,00<br>0,00<br>14,00<br>0,00<br>14,00 |
| ТТК 370  | Обед<br>Суп сырный с гречками, зеленью                                                                                                                                             | 200/15                  | 3,8                               | 4,8                               | 21,7                                 | 145                           | 104                          | 15                       | 82                         | 1,00                                 | 0,34                                 | 9,40                                 | 0,02                                   |
| 260      | Гуляш из говядины                                                                                                                                                                  | 100                     | 10,6                              | 10,5                              | 2,4                                  | 146                           | 16                           | 18                       | 23                         | 1,20                                 | 0,06                                 | 0,50                                 | 0,01                                   |
| 302      | Капша гречневая рассыпчатая                                                                                                                                                        | 150                     | 8,5                               | 7,3                               | 36,6                                 | 246                           | 15                           | 133                      | 201                        | 4,50                                 | 0,20                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
| 342      | Компот из яблок                                                                                                                                                                    | 200                     | 0,2                               | 0,2                               | 13,9                                 | 58                            | 7                            | 4                        | 4                          | 0,90                                 | 0,00                                 | 4,10                                 | 0,00                                   |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                                                                                                             | 25/44                   | 5,3                               | 1,2                               | 36,0                                 | 176                           | 36                           | 0                        | 0                          | 1,86                                 | 0,23                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                      |                         | 28,4                              | 24,0                              | 110,6                                | 771                           | 177                          | 170                      | 310                        | 9,46                                 | 0,83                                 | 14,00                                | 0,03                                   |
| ТТК 376  | Подник<br>Пирожок печёный слобный с джемом                                                                                                                                         | 100                     | 4,8                               | 5,2                               | 51,3                                 | 272                           | 31                           | 12                       | 52                         | 0,64                                 | 0,05                                 | 0,29                                 | 0,01                                   |
| 338      | Фрукты свежие                                                                                                                                                                      | 110                     | 0,4                               | 0,4                               | 10,8                                 | 49                            | 18                           | 10                       | 12                         | 2,40                                 | 0,00                                 | 11,00                                | 0,00                                   |
| ТТК 89   | Компот из апельсинов                                                                                                                                                               | 200                     | 0,2                               | 0,1                               | 17,0                                 | 69                            | 9                            | 3                        | 6                          | 0,10                                 | 0,01                                 | 15,00                                | 0,00                                   |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                      |                         | 5,4                               | 5,7                               | 79,1                                 | 390                           | 58                           | 25                       | 70                         | 3,14                                 | 0,06                                 | 26,29                                | 0,01                                   |
|          | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                      |                         | 56,8                              | 49,8                              | 265,3                                | 1739                          | 538                          | 224                      | 574                        | 14,20                                | 1,07                                 | 41,19                                | 14,04                                  |
|          | Вторник                                                                                                                                                                            |                         |                                   |                                   |                                      |                               |                              |                          |                            |                                      |                                      |                                      |                                        |
| 14       | Завтрак<br>Масло шоколадное                                                                                                                                                        | 15                      | 0,2                               | 9,3                               | 3,3                                  | 98                            | 0                            | 0                        | 0                          | 0,00                                 | 0,00                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
| ТТК 12   | Жаркое из индейки                                                                                                                                                                  | 150                     | 7,2                               | 12,1                              | 14,0                                 | 194                           | 19                           | 28                       | 65                         | 1,60                                 | 0,02                                 | 6,20                                 | 0,00                                   |
| 306      | Кукуруза консервированная (доп.гарнир)                                                                                                                                             | 20                      | 2,0                               | 1,0                               | 12,0                                 | 65                            | 7                            | 21                       | 60                         | 0,70                                 | 0,08                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
|          | Пюре фруктовое                                                                                                                                                                     | 125                     | 0,0                               | 0,0                               | 13,8                                 | 55                            | 0                            | 0                        | 0                          | 0,00                                 | 0,00                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
| 377      | Чай с лимоном                                                                                                                                                                      | 200/7                   | 0,3                               | 0,1                               | 10,3                                 | 43                            | 8                            | 5                        | 10                         | 0,90                                 | 0,00                                 | 2,90                                 | 0,00                                   |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                                                                                                                               | 41                      | 3,1                               | 0,8                               | 22,6                                 | 110                           | 16                           | 0                        | 0                          | 0,79                                 | 0,13                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                      |                         | 12,8                              | 23,3                              | 76,0                                 | 565                           | 50                           | 54                       | 135                        | 3,99                                 | 0,23                                 | 9,10                                 | 0,00                                   |
| 211/2022 | Обед<br>Борщ "Краснодарский со сметаной, зеленью                                                                                                                                   | 205                     | 1,5                               | 5,4                               | 7,7                                  | 85                            | 29                           | 16                       | 38                         | 0,90                                 | 0,20                                 | 15,00                                | 0,03                                   |
| 271      | Биточки домашние                                                                                                                                                                   | 100                     | 13,8                              | 11,3                              | 10,1                                 | 198                           | 10                           | 10                       | 53                         | 1,00                                 | 0,30                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
| 309      | Вермишель отварная                                                                                                                                                                 | 150                     | 5,4                               | 4,9                               | 27,9                                 | 178                           | 6                            | 8                        | 35                         | 0,80                                 | 0,10                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
| 71       | Огурцы свежие (доп.гарнир)                                                                                                                                                         | 60                      | 0,5                               | 0,0                               | 1,5                                  | 8                             | 14                           | 8                        | 25                         | 0,40                                 | 0,00                                 | 6,00                                 | 0,00                                   |
|          | Кекс для детского питания                                                                                                                                                          | 28                      | 1,7                               | 6,2                               | 15,7                                 | 124                           | 0                            | 0                        | 0                          | 0,00                                 | 0,00                                 | 0,00                                 | 0,00                                   |
| 389      | Сок фруктовый                                                                                                                                                                      | 200                     | 0,2                               | 0,1                               | 10,1                                 | 41                            | 5                            | 4                        | 8                          | 0,90                                 | 0,00                                 | 0,10                                 | 0,00                                   |



|         | Итого:                                                               |         | 60,5          | 59,9          | 194,6         | 1760         | 572         | 326         | 899          | 14,44        | 0,97        | 89,08        | 0,63        |
|---------|----------------------------------------------------------------------|---------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|
|         |                                                                      | Пятница |               |               |               |              |             |             |              |              |             |              |             |
|         | Завтрак                                                              |         |               |               |               |              |             |             |              |              |             |              |             |
| ТТК 500 | Шницель "Нежный"                                                     | 90      | 15,0          | 12,2          | 11,9          | 219          | 9           | 29          | 72           | 1,20         | 0,20        | 0,30         | 0,01        |
| 312     | Пюре картофельное                                                    | 180     | 3,8           | 6,3           | 14,5          | 130          | 46          | 33          | 99           | 1,20         | 0,00        | 0,40         | 0,10        |
| 338     | Фрукты свежие                                                        | 110     | 0,4           | 0,4           | 10,8          | 49           | 18          | 10          | 12           | 2,40         | 0,00        | 11,00        | 0,00        |
| ТТК 243 | Кисель плодово-ягодный витаминизированный                            | 200     | 0,0           | 0,0           | 28,0          | 112          | 3           | 0           | 6            | 0,00         | 0,00        | 7,60         | 0,00        |
|         | Батон, витаминный с микроэлементами                                  | 41      | 3,2           | 0,8           | 22,9          | 112          | 16          | 0           | 0            | 0,80         | 0,13        | 0,00         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                        |         | <b>22,4</b>   | <b>19,7</b>   | <b>88,1</b>   | <b>622</b>   | <b>92</b>   | <b>72</b>   | <b>189</b>   | <b>5,60</b>  | <b>0,33</b> | <b>19,30</b> | <b>0,11</b> |
|         | Обед                                                                 |         |               |               |               |              |             |             |              |              |             |              |             |
| 96      | Рассольник Ленинградский с зеленью                                   | 200     | 1,7           | 4,1           | 13,8          | 99           | 14          | 19          | 58           | 0,80         | 0,20        | 6,20         | 0,01        |
| 285     | Макаронник с мясом                                                   | 150     | 15,9          | 13,1          | 29,5          | 300          | 17          | 17          | 98           | 1,50         | 0,10        | 0,30         | 0,01        |
| 306     | Горошек зелёный консервированный                                     | 60      | 1,9           | 0,1           | 3,9           | 25           | 12          | 12          | 38           | 0,40         | 0,00        | 6,00         | 0,00        |
|         | Вафли                                                                | 18      | 0,8           | 4,5           | 11,9          | 92           | 0           | 0           | 0            | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 389     | Сок фруктовый                                                        | 200     | 0,2           | 0,1           | 10,1          | 41           | 5           | 4           | 8            | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|         | Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами | 25/50   | 5,8           | 1,3           | 39,4          | 193          | 38          | 0           | 0            | 1,98         | 0,25        | 0,00         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                        |         | <b>26,3</b>   | <b>23,2</b>   | <b>108,6</b>  | <b>750</b>   | <b>86</b>   | <b>52</b>   | <b>202</b>   | <b>5,58</b>  | <b>0,55</b> | <b>12,60</b> | <b>0,02</b> |
|         | Полдник                                                              |         |               |               |               |              |             |             |              |              |             |              |             |
| ТТК 376 | Пирожок печёный слоёный с картофелем, луком                          | 100     | 5,6           | 7,2           | 27,9          | 199          | 29          | 16          | 64           | 0,76         | 0,09        | 1,33         | 0,01        |
|         | Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"                                  | 200     | 2,0           | 1,0           | 22,0          | 100          | 0           | 0           | 0            | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                        |         | <b>7,6</b>    | <b>8,2</b>    | <b>49,9</b>   | <b>299</b>   | <b>29</b>   | <b>16</b>   | <b>64</b>    | <b>0,76</b>  | <b>0,09</b> | <b>1,33</b>  | <b>0,01</b> |
|         | <b>Итого:</b>                                                        |         | <b>56,3</b>   | <b>51,1</b>   | <b>246,6</b>  | <b>1671</b>  | <b>207</b>  | <b>140</b>  | <b>455</b>   | <b>11,94</b> | <b>0,97</b> | <b>33,23</b> | <b>0,14</b> |
|         | Итого по меню:                                                       |         | <b>1194,4</b> | <b>1164,8</b> | <b>4562,7</b> | <b>33878</b> | <b>9635</b> | <b>3614</b> | <b>12675</b> | <b>257,4</b> | <b>21,8</b> | <b>870,1</b> | <b>43,8</b> |
|         | среднее за день                                                      |         | <b>59,7</b>   | <b>58,2</b>   | <b>228,1</b>  | <b>1694</b>  | <b>482</b>  | <b>181</b>  | <b>634</b>   | <b>12,87</b> | <b>1,09</b> | <b>43,50</b> | <b>2,19</b> |

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова