



4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся средних и старших классов на ноябрь 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),185, 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,141,183, лицей №82

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

Советского района школы № 18,24,29,44,46,47,49,54,122,151,173,188, 188ф,189, гимназии №№25, 53, лицей №28,38

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, лицеи №№ 36,165, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ рецептуры		Выход	Пищ	евые ве	щества	Энергетич	Ми	кроэле	ементы	(мг)	Ви	гамины	(MГ)
по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюд	порции (г)	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	С	A
	Первая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	(
210	Омлет натуральный	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,5	0,1	1,0	
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	
	Батон, витаминный с микронутриентами	31	2,5	0,6	17,7	87	12	0	0	0,6	0,1	0,0	
	Всего:		22,0	27,7	41,3	504	210	45	356	8,1	0,2	17,9	
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/34	4,5	1,0	30,2	148	32	0	0	1,7	0,2	0,0	
	Bcero:		22,3	18,3	102,2	663	81	76	266	5,8	0,7	26,7	
	Полдник		22,0	10,0	102,2	000	01		200		0,7		
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	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	
370	Всего:	200	7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,10	+
	Итого:		51,8	51,3	198,6	1464	296	125	630	14,8	0,9	44,7	
	Вторник		31,0	31,0	170,0	1101	270	120	000	11,0	0,52	1197	
	Завтрак												
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	2,0	0,2	8,2	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	
370	Батон, витаминный с микронутриентами	47	3,8	0,9	26,9	132	19	0	0	0,9	0,0	0,0	
	Всего:	7/	14,2	23,9	51,4	478	44	44	178	3,8	0,2	8,3	_
	Обед		17,2	23,7	31,7	476	77	77	170	3,0	0,5	0,5	
82	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью	255	1,8	5,6	12,0	106	37	22	54	1,1	0,2	10,3	
295	Котлета рубленная из куриного филе	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,1	0,2	1,3	
		180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,2	0,0	
	Рожки отварные Икра кабачковая (доп.гарнир)	30	0,3	1,4	2,3	23	10	4	9	0,9	0,1	2,9	
101/2004			1,7	6,2		124	0	0	0			0,0	
240	Кекс для детского питания	28	-		15,7	86			29	0,0	0,0	0,0	
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	80	33	21	∠9	0,7	0,0	0,9	-
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/17	3,2	0,6	20,5	101	25	0	0	1,3	0,1	0,0	
	Всего:	-	34,9	28,5	114,0	881	155	128	285	6,0	0,6	15,4	
	Полдник	-			2								
	Плюшка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0
TTK 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	(

	Всего:		8,2	7,1	76,0	406	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Итого:		57,3	59,5	241,4	1765	210	180	472	10,1	1,0	28,2	0,2
	Среда												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0
	Всего:		14,6	22,8	55,3	485	34	43	106	2,9	0,1	3,5	0,0
	Обед												
TTK 370	Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	4,3	5,8	23,7	164	124	19	100	1,2	0,4	11,8	0,0
TTK 274	Ёжики Аппетитные	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	25/20	3,4	0,7	22.2	109	26	0	0	1,4	0.2	0.0	0.0
	микронутриентами	25/20	3,4	0,7	22,2	109	20	U	U	1,4	0,2	0,0	0,0
	Всего:		23,5	24,9	92,9	689	223	70	279	5,2	0,7	33,1	0,1
	Полдник												
	Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	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
	Всего:		6,7	6,6	91,0	291	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		44,8	54,3	239,3	1465	262	117	393	9,0	0,8	36,7	0,2
	Четверг												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
	Вафли	20	1,4	5,8	29,0	104	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
245/1	Кофейный напиток быстрорастворимый	200	2,6	1,8	16,6	93	84	10	63	0,1	0,0	0,9	14,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	45	3,6	0,9	25,7	126	18	0	0	0,9	0,1	0,0	0,0
	Всего:		31,6	28,6	125,5	817	130	181	358	7,4	0,7	0,9	14,0
	Обед												
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	7,7	7,0	7,2	120	24	33	102	1,2	0,1	5,3	0,5
431/2004	Печень по-строгановски	100	13,7	10,5	7,5	179	18	16	233	4,9	0,2	8,2	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	26	2,1	0,5	14,9	73	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		31,9	30,0	83,8	729	65	62	385	8,4	0,5	13,6	0,6
	Полдник												
	Нижегородская сдоба с маком глазированная	100	8,0	9,0	73,0	400	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
	Всего:		9,1	9,0	86,2	486	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Итого:		72,6	67,6	295,5	2032	228	264	772	16,5	1,2	15,4	14,6
	Пятница												

	Завтрак												
TTK 552	Индейка с булгуром	200	12,8	15,5	39,8	350	73	5	51	0,70	0,02	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
11112.15	Батон, витаминный с микронутриентами	47	3,8	0,9	26,9	132	19	0	0	0,9	0,2	0,0	0,0
	Всего:	1	17,1	16,9	108,4	656	118	18	72	4,7	0,2	21,6	0,0
	Обед		17,1	10,5	100,1	000	110	10		1,7	0,2	21,0	0,0
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0
TTK 65	Митболлы в томатном соусе	100/50	19,8	18,2	11,5	286	18	19	12	1,5	0,2	0,6	0,0
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1	0,1
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	23	1,7	0,3	9,9	49	17	0	0	0,9	0,1	0,0	0,0
	Всего:		27,1	26,8	50,2	560	94	77	172	5,2	0,8	5,9	0,2
	Полдник									,-			
	Сдоба майская	100	7,0	5,5	67,0	340	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00
	Всего:		7,2	5,7	80,9	398	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Итого:		51,3	49,4	239,5	1613	218	99	248	10,8	1,0	31,6	0,2
	Суббота												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
TTK 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,9	0,0	0,2	3,6
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
	Печенье	20	1,4	5,8	29,0	104	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	Всего:		27,9	29,5	100,8	710	187	214	420	7,8	0,4	0,3	3,6
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	25/16	3,1	0,6	20,0	98	24	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0
	микронутриентами	23/10											
	Всего:		30,1	29,0	117,1	851	126	70	219	8,0	0,8	40,3	0,1
	Полдник												
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	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
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		65,5	63,8	272,9	1858	318	288	647	16,7	1,1	40,7	3,7
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0

TTK 57	Пудинг "Лакомка" с вареньем	150/30	14,1	12,6	56,4	379	12	5	23	0,4	0,0	0,2	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	50	4,0	1,0	28,6	140	20	0	0	1,0	0,2	0,0	0,0
	Всего:		18,4	21,0	90,1	606	39	9	34	2,3	0,2	0,3	0,0
	Обед				2 4,1-					,_			
99	Суп из овощей с зеленью	250	1,7	5,0	9,5	90	22	19	52	0,8	0,2	13,0	0,0
260	Гуляш из говядины	100	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	0,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	26	1,9	0,3	11,2	55	19	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	Bcezo:		23,8	23,1	72,9	623	104	191	305	8,2	0,6	14,4	0,0
	Полдник				,						- , -		
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	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
	Bcezo:		4,7	11,6	57,5	351	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		46,9	55,7	220,5	1580	148	204	347	11,4	0,7	14,8	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
864/2022	Блины "Домашние" со сгущённым молоком	168/20	11,5	26,4	46,3	469	92	10	0	0,0	0,0	0,2	0,0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	131	0,4	0,4	12,8	55	22	13	14	2,9	0,0	13,1	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Bcezo:		12,1	26,9	77,9	600	119	27	22	3,8	0,0	13,4	0,0
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25/15/250	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,8	0,1	0,7	0,0
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	35/46	5.5	1.0	27.1	102	26	0	0	1.0	0.2	0.0	0.0
	микронутриентами	25/46	5,5	1,2	37,1	182	36	0	0	1,9	0,2	0,0	0,0
	Всего:		36,0	19,3	114,0	776	76	45	135	5,2	0,7	20,7	0,1
	Полдник												
	Сдоба майская	100	7,0	5,5	67,0	340	0	0	0	0,00	0,00	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
	Всего:		7,2	5,7	80,9	398	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Итого:		55,3	52,0	272,8	1774	203	76	161	9,9	0,7	38,2	0,1
	Среда												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,1
291	Плов из филе индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0
	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	Всего:		15,2	34,9	83,5	708	47	41	117	3,2	0,4	6,9	0,1
	Обед				1								

96	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
340	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с							21	2)				
	микронутриентами	25/43	5,2	1,2	35,4	173	35	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	микронутриентами Всего:		27,5	25,1	98,8	759	194	120	376	6,0	0,6	9,4	4,5
	Полдник		27,3	23,1	90,0	139	194	120	370	0,0	0,0	9,4	4,3
	Плюшка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
TTIC 206			0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,0	0,00	4,50	0,00
TTK 206	Компот из ягод Всего:	200	8,2		76,0	406	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
				7,1					502				
	Итого:		51,0	67,1	258,3	1873	252	169	502	9,4	1,1	20,8	4,5
	Четверг												
1.4	Завтрак	10	0.1	7.3	0.1		2	0	2	0.0	0.0	0.0	0.0
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0
309	Вермишель отварная	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,80	0,10	0,00	0,00
245/1	Кофейный напиток быстрорастворимый	200	2,6	1,8	16,6	93	84	10	63	0,1	0,0	0,9	14,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	23	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		18,3	23,1	61,7	528	118	33	124	2,4	0,2	1,5	14,0
	Обед												
101	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами, зеленью	265	5,6	6,8	17,0	152	15	27	67	1,0	0,1	8,3	0,0
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04
TTK 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	25/43	5,3	1,2	36,0	173	36	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	микронутриентами	23/43	3,3	1,2	30,0	173	30	U	U	1,0	0,2	0,0	0,0
	Всего:		29,3	32,2	118,7	878	93	66	218	3,6	0,5	23,5	0,1
	Полдник												
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	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
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		55,1	60,6	235,5	1703	216	103	350	6,9	0,7	25,1	14,1
	Пятница												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
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	38	3,0	0,8	21,7	106	15	0	0	0,8	0,1	0,0	0,0
	Bcero:		24,0	18,4	84,0	599	61	36	118	6,7	0,5	14,1	0,0
	Обед		,-		,-						- 7-	,-	.,,-
111/2004	Борщ "Сибирский" с зеленью	250	1,3	4,9	10,0	92	33	19	43	1,0	0,2	9,2	0,0
	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	1,2	0,0	0,4	0,1
214	тпоре картофельное	100	2,0	0,5	17,5	130		22	13	1,4			U,1

348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	22	1,6	0,3	9,5	47	16	0	0	0,9	0,1	0,0	0,0
	Bcezo:		31,8	28,2	59,6	651	145	162	344	5,9	0,4	12,1	0,2
	Полдник		01,0		25,0	001	110	102	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	2,5	0,1	12,1	0,2
	Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	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
	Всего:		6,7	6,6	91,0	291	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		62,5	53,1	234,6	1541	211	202	470	13,4	0,9	26,3	0,2
	Суббота		02,0										, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	Завтрак												
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,1	99	3	0	5	0,0	0,0	0,0	0,0
295	Котлета рубленная из куриного филе	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	54	4,3	1,1	30,9	151	22	0	0	1,1	0,2	0,0	0,0
	Bcezo:		35,1	29,9	97,2	798	94	239	408	9,2	0,6	5,4	0,1
	Обед												7,2
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,8	0,2	19,0	0,0
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,2	0,4	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
TTK 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с												
	микронутриентами	25/16	3,1	0,6	20,0	98	24	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0
	Bcezo:		26,3	23,7	108,8	754	106	55	199	7,1	0,5	41,0	0,0
	Полдник		20,0		100,0		100		1//	7,1	0,0	11,0	0,0
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	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
	Bcezo:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		68,9	58,9	261,0	1849	205	298	615	17,2	1,2	46,5	0,1
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
210	Омлет натуральный	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,5	0,1	1,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	31	2,5	0,6	17,7	87	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	Bcezo:		22,0	27,7	41,3	504	210	45	356	8,1	0,2	17,9	0,0
	Обед		ĺ		Ú		ĺ	i i			<u> </u>		
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с												
	микронутриентами	25/34	4,5	1,0	30,2	148	32	0	0	1,7	0,2	0,0	0,0
	Всего:	i e	22,3	18,3	102,2	663	81	76	266	5,8	0,7	26,7	0,0

Полдник Слойка с фруктовой начинкой												1
	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
Всего:		4,7			351	5	4	8		0,0	-	0,0
		-										0,0
		.,,,,	01,0	201,0	1010		120		11,0	0,52		0,0
•												
	100	20.2	9.0	16.8	229	42	72	151	1.8	0.2	1.3	0,1
							9					0,0
*							13					0,0
							4					0,0
	-	-					0					0,0
Всего:		-										0,1
Обед		,	-,							-,		
	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0
												0,0
												0,0
					91		0	0				0,0
Всего:					447		75	171				0,0
Полдник												
• • •	100	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
•	200	1,1			86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
Всего:								29			0,9	0,0
Итого:								416				0,1
											,	
Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,1	99	3	0	5	0,0	0,0	0,0	0,0
	200	12,8	15,5		350	73	5	51		0,02	0,00	0,00
	28	1,7			124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
Батон, витаминный с микронутриентами	29	2,3	0,6	16,6	81	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
Всего:		17,2	33,3	77,4	677	96	10	66	2,2	0,1	2,9	0,0
Обед												
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,9	91	34	21	50	1,1	0,2	10,4	0,0
Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4
Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	 	24 8	24.6	70 0	630	191	105	331	5 3	0.6	15.7	4,5
		47,0	47,0	17,7	037	101	103	334	3,3	0,0	13,7	7,3
	100	6.5	6.5	86.0	270	0	0	0	0.0	0.0	0.0	0,0
***												0,00
•	400								-			0,00
<u> М</u> того:	 	48,7	64,5	248,3	1607	282	119	408	8,4	0,7	18,7	4,5
3 KP dy B C C My X B I I K B I C Y B C C B K I K X M B I C Y B	Вторник Вавтрак Сотлета рубленная из куриного филе Рожки отварные Ррукты свежие Най с сахаром Ватон, витаминный с микронутриентами Всего: Обед Суп куриный с зеленью Каркое по-домашнему Най с сахаром Слеб полезный с микронутриентами Всего: Полдник Нижегородская сдоба с маком глазированная Сомпот из кураги Всего: Пмого: Среда Вавтрак Масло сливочное Индейка с булгуром Секс для детского питания Най с лимоном Ватон, витаминный с микронутриентами Всего: Обед Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью Сотлета рыбная Пюре картофельное Сомпот из ягод Слеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами Всего: Полдник Слоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной Най с сахаром Всего:	Вторник Вавтрак Сотлета рубленная из куриного филе Рожки отварные Рожки отварные Роркты свежие 140 Най с сахаром Загон, витаминный с микронутриентами Васего: Руп куриный с зеленью Каркое по-домашнему Най с сахаром 200 Каркое по-домашнему Рай с сахаром Васего: Волдник Нижегородская сдоба с маком глазированная Восего: Волдник Нижегородская сдоба с маком глазированная Восего: Волдник Восего: Волдная волд	Вторник 49,0 Вавтрак 100 20,2 Сотлета рубленная из куриного филе 180 6,5 Рожки отварные 180 6,5 Роукты свежие 140 0,5 вай с сахаром 200 0,2 затогон, витаминый с микронутриентами 47 3,8 Зесего: 31,2 200 Улг куриный с зеленью 250 2,3 Каркое по-домашнему 200 12,4 най с сахаром 200 0,2 Слеб полезный с микронутриентами 43 3,1 Зесего: 18,0 18,0 Полиник 100 8,0 Компот из кураги 200 1,1 Зесего: 9,1 Инжегородская сдоба с маком глазированная 100 8,0 Компот из кураги 200 1,1 Зесего: 9,1 1 Масло сливочное 15 0,1 Инжегородская сдоба с маком глазированная 100 12,8 Секе для детского питания <td>Вторник Вавтрак Котлета рубленная из куриного филе Ожи отварные Пво</td> <td>Вторник Вавтрак Сотлета рубленная из куриного филе Оожно отварные Роукты свежие 140 0,5 5,7 33,5 Роукты свежие 140 0,5 0,5 13,7 140 0,5 13,7 140 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,</td> <td> Вторник 100 20,2 9,0 16,8 229 </td> <td>Вториик Вториик Вториина из куриного филе Втории Вторукты свежие Втории Вторукты Стори Вторукты Вторукты Втории Втории</td> <td>Вторник 49,0 57,6 201,0 1518 296 125 Бактрак Соглета рубленная из куриного филе 100 20,2 9,0 16,8 22.9 4 72 Рожки отварные 180 6,5 5,7 33,5 212 8 9 Орукты слежие 140 0,5 0,5 13,7 62 23 13 загон, витаминный с микронутриентами 47 3,8 0,9 26,9 132 19 0 Загон, в таминный с микронутриентами 47 3,8 0,9 26,9 132 19 0 Загон, в таминный с микронутриентами 250 2,3 3,0 11,7 96 16 26 Каркое по-ломашнему 200 12,4 12,7 18,7 239 23 45 Каркое по-ломашнему 200 12,4 12,7 18,7 239 23 45 Каркое по-ломашнему 200 12,2 0,1 18,0 16,3 54,0</td> <td> Mary 1986 1987 1988 1988 125 630 125 </td> <td> Минисе: 49,0 57,6 201,0 1518 296 125 630 14,8 </td> <td>Иппос: Вторник 49,0 57,6 201,0 1518 296 125 630 14,8 0,9 Каттрак Котитета рубленива из куриного филе 100 20,2 9,0 16,8 229 42 72 151 1,8 0,2 окаки отвартые 180 6,5 5,7 33,5 212 8 9 42 0,9 0,1 Бак самором 200 0,2 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 0,0 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 0,2 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 2 1,1 7 7 0,4 8 216 7,7 0,4 8 22 33 3,1 0,5<</td> <td> Вторинк 100 20,2 9,0 16,8 296 125 630 14,8 0,9 44,7 </td>	Вторник Вавтрак Котлета рубленная из куриного филе Ожи отварные Пво	Вторник Вавтрак Сотлета рубленная из куриного филе Оожно отварные Роукты свежие 140 0,5 5,7 33,5 Роукты свежие 140 0,5 0,5 13,7 140 0,5 13,7 140 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 0,5 13,7 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 140 0,5 0,	Вторник 100 20,2 9,0 16,8 229	Вториик Вториина из куриного филе Втории Вторукты свежие Втории Вторукты Стори Вторукты Вторукты Втории	Вторник 49,0 57,6 201,0 1518 296 125 Бактрак Соглета рубленная из куриного филе 100 20,2 9,0 16,8 22.9 4 72 Рожки отварные 180 6,5 5,7 33,5 212 8 9 Орукты слежие 140 0,5 0,5 13,7 62 23 13 загон, витаминный с микронутриентами 47 3,8 0,9 26,9 132 19 0 Загон, в таминный с микронутриентами 47 3,8 0,9 26,9 132 19 0 Загон, в таминный с микронутриентами 250 2,3 3,0 11,7 96 16 26 Каркое по-ломашнему 200 12,4 12,7 18,7 239 23 45 Каркое по-ломашнему 200 12,4 12,7 18,7 239 23 45 Каркое по-ломашнему 200 12,2 0,1 18,0 16,3 54,0	Mary 1986 1987 1988 1988 125 630 125	Минисе: 49,0 57,6 201,0 1518 296 125 630 14,8	Иппос: Вторник 49,0 57,6 201,0 1518 296 125 630 14,8 0,9 Каттрак Котитета рубленива из куриного филе 100 20,2 9,0 16,8 229 42 72 151 1,8 0,2 окаки отвартые 180 6,5 5,7 33,5 212 8 9 42 0,9 0,1 Бак самором 200 0,2 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 0,0 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 0,2 0,1 5,0 21 5 4 8 0,9 0,0 2 1,1 7 7 0,4 8 216 7,7 0,4 8 22 33 3,1 0,5<	Вторинк 100 20,2 9,0 16,8 296 125 630 14,8 0,9 44,7

	Четверг												
	Завтрак												
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
382	Какао с молоком	200	3,6	3,0	20,8	124	124	27	109	0,8	0,0	1,3	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	48	3,8	1,0	27,4	134	19	0	0	1,0	0,2	0,0	0,0
	Bcero:	10	31,4	29,4	107,3	818	192	201	423	7,3	0,6	1,6	0,1
	Обед		01,1		10.,0	010		201		1,50	0,0	1,0	0,1
TTK 83	Суп Минестроне	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,7	0,3	35,0	0,4
TTK 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,9	0,0	0,2	3,6
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
1111218	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с									1			
	микронутриентами	25/41	5,1	1,1	34,3	168	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	Всего:		28,2	20,0	112,6	745	340	215	645	4,3	0,6	42,8	4,0
	Полдник		20,2	20,0	112,0	7 10	510	210	015	1,0	0,0	12,0	1,0
	Сдоба майская	100	7,0	5,5	67,0	340	0	0	0	0,00	0,00	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
312	Bcezo:	200	7,2	5,7	80,9	398	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Итого:		66,8	55,1	300,8	1961	539	420	1072	12,5	1,2	48,5	4,1
	Пятница		00,0	33,1	200,0	1701	337	720	1072	12,5	1,2	40,0	7,1
	Завтрак												
271	Биточки "Школьные"	100	16,5	17,1	9,3	257	32	16	107	1,2	0,2	0,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,2	0,0
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
377	Батон, витаминный с микронутриентами	48	3,8	1,0	27,4	134	19	0	0	1,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:	70	24,4	24,5	56,5	544	106	55	216	4,3	0,2	4,7	0,0
	Обед	 	24,4	24,3	30,3	344	100	33	210	7,5	0,4	7,7	0,1
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	6,4	5,9	5,8	99	21	27	59	0,9	0,1	4,2	0,5
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,1	0,4	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
370	Хлеб полезный с микронутриентами	41	3,0	0,1	17,7	87	30	0	0	1,6	0,0	0,1	0,0
	Всего:	71	30,6	24,1	67,8	606	78	54	198	5,3	0,1	4,7	0,0
	Полдник	-	30,0	24,1	07,0	000	70	34	170	3,3	0,3	4,7	0,3
	Плюшка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
TTV 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,00	0,00	4,50	0,00
11K 200		200	8,2	-	76,0	406	11		9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Всего: Итого:		63,2	7,1 55,7	200,3	1556	195	8 117	423	9,8	0,8	13,9	0,6
	Суббота		03,2	55,7	200,3	1550	195	11/	423	9,0	0,0	13,9	0,0
	*												
14	Завтрак	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
295	Масло шоколадное Котлета рубленная из куриного филе		20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,0	1,3	0,0
	1, 1, 1	100											-
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	50	4,0	1,0	28,6	140	20	0	0	1,0	0,2	0,0	0,0

	Всего:		29,0	23,8	86,6	677	73	101	234	4,3	0,4	5,4	0,1
	Обед		- , ,							,-			
82	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью	255	1,8	5,6	12,0	106	37	22	54	1,1	0,2	10,3	0,0
TTK 274	Ёжики Аппетитные	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0
310	Картофель отварной	180	3,5	5,7	18,4	138	18	35	95	1,4	0,2	17,5	0,0
	Капуста квашенная с растительным маслом, сахаром (доп.												
TTK 275	гарнир)	55	0,9	2,9	6,3	54	23	8	15	0,3	0,0	14,5	0,0
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с												
	микронутриентами	25/32	4,4	0,9	29,1	143	31	0	0	1,6	0,2	0,0	0,0
	Bcezo:		23,0	26,9	91,9	729	159	101	270	5,9	0,7	44,2	0,0
	Полдник											,	
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	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	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		59,5	56,0	233,6	1703	237	206	512	11,1	1,1	49,7	0,1
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
204	Макароны с сыром	200	10,9	13,5	33,0	298	122	20	136	0,9	0,1	0,0	0,0
	Творог для детского питания	100	7,6	4,2	11,1	113	85	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	14	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,3	0,0	0,0	0,0
	Всего:		19,8	18,1	57,1	471	218	24	144	2,1	0,1	0,1	0,0
	Обед												
TTK 370	Суп сырный с гренками, зеленью	200/15	3,8	4,8	21,7	145	104	15	82	1,0	0,3	9,4	0,0
260	Гуляш из говядины	100	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	20	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0
	Всего:		24,5	22,9	73,9	598	153	170	314	8,3	0,7	10,0	0,0
	Полдник												
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	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
	Всего:		4,7	11,6	57,5	351	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		49,0	52,6	188,5	1420	376	198	466	11,3	0,8	10,2	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
291	Плов из филе индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	26	2,1	0,5	14,9	73	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		13,7	25,5	79,2	602	67	55	130	6,2	0,4	22,1	0,0
	Обед												

211/2022	Борщ "Краснодарский со сметаной, зеленью	255	1,8	6,5	9,6	105	36	20	47	1,0	0,2	18,0	0,0
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	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
307	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,00	0,03
TTK 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
1111 243	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с							0					
	микронутриентами	25/21	3,5	0,7	22,8	112	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	Всего:	1	27,3	30,4	119,7	863	83	39	148	4,3	0,7	25,6	0,1
	Полдник	 	21,3	30,4	117,7	003	0.5	37	140	7,5	0,7	23,0	0,1
	Нижегородская сдоба с маком глазированная	100	8,0	9,0	73,0	400	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
340	Всего:	200	9,1	9,0	86,2	486	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
						1951	183	115	307			48,6	
	Итого:		50,1	64,9	285,1	1951	183	115	307	11,2	1,1	48,0	0,1
	Среда — — — — — — — — — — — — — — — — — — —												
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,1	99	3	0	5	0,0	0,0	0,0	0,0
TTK 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,0	0,0	0,0	3,6
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,02	0,03	0,00	0,04
370	Батон, витаминный с микронутриентами	39	3,1	0,1	22,3	109	16	0	0	0,9	0,0	0,1	0,0
		39	21,4	27,3	64,4	589	178	76	256	3,2	0,1	0,0	3,6
	Всего: Обед		21,4	27,3	04,4	309	1/0	/0	250	3,2	0,2	0,3	3,0
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,4	0,1	4,4
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,3	0,2	0,4	0,1
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,1
300	Хлеб полезный с микронутриентами	36	2,6	0,3	15,6	76	26	0	0	1,4	0,0	0,0	0,0
	Всего:	30	24,7		79,8	632	160	105	348	5,4	0,1	20,9	-
	полдник		24,7	22,5	19,8	032	100	105	348	5,4	0,7	20,9	4,5
		100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
TTIC 200	Плюшка домашняя	100		-		49	0	0	0				
11K 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0		11.0	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Bcezo:	-	8,2	7,1	76,0	406,0	11,0	8,0	9,0	0,2	0,0	4,5	0,0
	Итого:	-	54,3	56,9	220,2	1628	349	189	613	8,8	0,9	25,7	8,1
	Четверг												
964/2022	Завтрак	1.00/20	11.5	26.4	46.2	460	02	10	0	0.0	0.0	0.2	0.0
864/2022	Блины "Домашние" со сгущённым молоком	168/20	11,5	26,4	46,3	469	92	10	0	0,0	0,0	0,2	0,0
220	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	131	0,4	0,4	12,8	55	22	13	14	2,9	0,0	13,1	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Bcezo:	-	12,1	26,9	77,9	600	119	27	22	3,8	0,0	13,4	0,0
0.0	Обед	270	2.1		17.2	104	10	22	72	1.0	0.2	7.7	0.0
96	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0
	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0

	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	25/15	3,0	0,6	19,4	95	24	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0
	микронутриентами	23/13		,	1							,	
	Всего:		35,8	28,2	92,7	768	72	125	295	6,2	0,5	9,5	0,1
	Полдник												
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	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
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		55,4	60,4	225,7	1665	196	156	325	10,9	0,5	23,0	0,1
	Пятница												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
	Печенье	20	1,5	2,8	13,6	86	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	26	2,1	0,5	14,9	73	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		21,5	21,0	58,4	510	75	49	162	3,6	0,4	4,5	0,1
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,2	0,4	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
TTK 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	26	1,9	0,3	11,2	55	19	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		29,1	23,8	91,5	696	105	76	242	8,2	0,7	24,9	0,0
	Полдник												
	Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	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
	Всего:		6,7	6,6	91,0	291	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		57,3	51,4	240,9	1497	185	129	412	12,7	1,1	29,5	0,1
	Суббота												
	Завтрак												
15	Сыр порционно	10	2,3	2,9	0,0	36	100	6	60	0,1	0,0	0,1	0,1
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
295	Котлета рубленная из куриного филе	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	35	7,6	1,7	51,2	251	50	0	0	2,6	0,3	0,0	0,0
	Всего:		37,0	26,7	106,9	817	211	93	266	6,3	0,6	5,5	0,2
	Обед												
99	Суп из овощей, с зеленью	250	1,7	5,0	9,5	90	22	19	52	0,8	0,2	13,0	0,0
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
306	Горошек зелёный консервированный (доп. гарнир)	30	0,9	0,1	2,0	12	6	6	19	0,21	0,00	3,00	0,00
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/33	4,4	1,0	29,7	145	31	0	0	1,6	0,2	0,0	0,0

	Всего:		31,2	31,6	114,1	865	115	203	389	9,1	0,8	20,4	0,1
	Полдник												
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	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
	Всего:		4,7	11,6	57,5	351	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		72,9	69,9	278,5	2033	332	300	663	16,3	1,4	26,0	0,2
	Итого по меню:		1367,2	1379,9	5829,0	40644,2	6142	4392	11852	288,2	23,1	731,8	55,8
	среднее за день		57,0	57,5	242,9	1694	256	183	494	12,0	1,0	30,5	2,3

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