



д.д. Сметорский

«УТВЕРЖДАЮ»

Заместитель директора по производству
МБУ «Дирекция по организации питания»

Е.И. Корнева

«11» *сентября* 2022г.



4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на четвертую четверть 2021-2022 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

- Канавинского района № 41,51,52,55,75,96,109,109ф,110,121,167ф,168,176,181, гимназия №50
- Ленинского района № 60,62,72,91,94,97,99,101,106,120,123,138,160,175,177,182(1к),182(2к),185ф, гимназия №184, лицей №180
- Московского района № 21,64ф,66,67,69,70,74,93,115(1к),115(2к),118,139,146,149,172,178, лицей №87
- Сормовского района № 9,26,27,76,77,78,81,84,85,117,141,183, лицей №82
- Нижегородского района № 3,7,14,19,22,30,33,35,42,102,103,113, лицей №40ф, гимназия №1, гимназия №1ф, гимназия №13ф, лицей №8
- Советского района № 18,24,29,44,46,47,49,54,122,173, 151, гимназия №25, гимназия №53, лицей №28ф
- Приокского района №11,17,32,34,45,48,88,88ф,89,131,134,135,140,154,174,132
- Автозаводского района №5,6,12,15,16,20,37,43,58,59,63,105,111,114,119,124,125,126,127,127ф,128,129,130,133,137,144,145,161,169,170,171,179,190, лицей №165, лицей №36, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюда	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)					Витамины (мг)					
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A				
	Первая неделя																
	Понедельник																
	Завтрак																
14	Масло сливочное	15	0,2	11,0	0,2	99	3	0	5	0,03	0,00	0,00	0,06				
211	Омлет с сыром	150	18,8	21,4	3,2	256	309	27	342	2,70	0,09	0,43	0,32				
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,6	0,1	2,0	12	7	10	13	0,50	0,03	12,50	0,00				
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00				
382	Какао с молоком	200	3,9	3,8	21,1	131	126	31	116	1,03	0,05	1,30	0,02				
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00				
	Всего:		26,0	37,4	55,4	639	479	90	516	8,06	0,30	29,23	0,40				
	Обед																
101	Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	265	4,5	5,7	17,4	142	14	25	64	0,88	0,09	8,25	0,00				
260	Гуляш из говядины	100	8,1	8,0	2,5	115	13	14	10	0,10	0,05	0,44	0,01				
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	251	15	133	201	4,50	0,21	0,00	0,03				
306	Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	50	5,2	2,6	30,0	162	18	52	150	1,80	0,20	0,00	0,00				
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00				
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00				
	Всего:		29,6	24,3	116,9	810	89	245	486	9,44	0,68	8,79	0,04				
	Полдник																
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,20	0,30	17,00	0,18				
ТТК 221	Плюшка с маком	60	4,9	5,4	26,0	195	20	8	43	0,50	0,06	0,03	0,03				
	Всего:		10,9	11,8	35,4	315	260	36	223	0,70	0,36	17,03	0,21				
	Ничего:		66,5	73,5	207,7	1764	828	371	1224	18,20	1,34	55,05	0,65				
	Вторник																
	Завтрак																
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,00	0,00	0,04				
15	Сыр порционн	25	5,7	7,3	0,0	91	220	9	125	0,25	0,01	0,17	0,07				
223	Запеканка из творога с вареньем	150/25	22,9	17,0	37,4	395	220	32	300	0,83	0,07	0,36	0,05				
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00				
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,8	22,0	113	61	7	45	0,10	0,24	0,65	0,01				
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00				
	Всего:		33,6	34,5	88,5	806	537	70	513	5,00	0,45	16,18	0,17				
	Обед																
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	4,8	3,6	9,9	100	38	25	53	1,12	0,05	10,04	0,01				

ТТК 242	Филе куриное панированное	100	23,8	10,3	10,7	302	14	83	106	1,98	0,10	0,83	0,07
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,52	0,03	0,00	0,03
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	0,4	0,1	1,3	9	5	7	9	0,31	0,02	8,80	0,00
ТТК№89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	71	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:		36,0	21,0	87,7	797	91	154	289	5,34	0,34	34,67	0,11
	Полдник												
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	3,0	2,8	9,5	75	238	28	182	0,20	0,06	1,20	0,04
421	Сдоба обыкновенная	75	5,8	3,6	34,1	222	11	87	44	0,63	0,07	0,00	0,02
	Всего:		8,8	6,4	43,6	297	249	115	226	0,83	0,13	1,20	0,06
	Итого:		78,4	61,9	219,8	1900	877	339	1027	11,17	0,92	52,05	0,34
	Среда												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	14,5	11,0	11,3	211	6	7,5	16	0,50	0,04	0,25	0,00
309	Рожки отварные	150	5,5	4,9	28,0	186	6	8	36	0,77	0,05	0,00	0,02
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	20	0,2	0,0	0,5	3	5	3	8	0,12	0,01	2,00	0,00
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00
	Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,6	75	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	11	2	6	0,03	0,00	7,60	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		25,6	20,2	105,4	728	62	42	106	5,22	0,23	24,85	0,02
	Обед												
119	Суп с горохом, гречками и зеленью	250/15	10,5	6,5	33,8	236	37	39	100	2,90	0,40	0,00	0,00
ТТК 426	Рыба запечённая	90	17,1	10,0	4,4	179	15	21	141	0,70	0,23	0,56	0,02
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,4	12,1	138	37	28	82	0,99	0,14	5,18	0,03
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	59	7	4	4	0,93	0,01	4,09	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:		34,0	22,7	84,5	711	120	109	380	6,83	0,91	9,83	0,05
	Полдник												
401	Оладьи со стужённым молоком	100/30	9,5	10,2	52,4	337	165	27	169	0,88	0,13	1,03	0,03
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		10,1	10,8	89,5	498	189	41	186	4,18	0,18	16,03	0,03
	Итого:		69,7	53,7	279,4	1936	371	192	671	16,23	1,31	50,71	0,10
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,00	0,00	0,04

182	Каша молочная пшенная жидкая с маслом	200/5	6,5	8,4	28,0	215	159	39	269	0,82	0,14	1,61	0,04
	Йогурт "Растишка"	110	4,2	3,3	12,3	96	271	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	200	1,8	0,4	16,2	126	68	26	46	0,60	0,08	120,00	0,00
382	Какао с молоком	200	3,9	3,8	21,1	131	126	31	116	1,03	0,05	1,30	0,02
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		18,5	23,7	92,0	704	636	104	457	2,97	0,35	122,91	0,10
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,7	3,0	7,7	81	34	22	47	0,76	0,06	18,36	0,00
280	Фрикадельки в соусе	100/50	15,5	16,8	16,6	287	38	11	48	0,55	0,05	1,90	0,02
309	Вермишель отварная	150	5,5	4,9	28,0	186	6	8	36	0,77	0,05	0,00	0,02
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,1	1,0	6	9	6	17	0,24	0,01	4,00	0,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	20,9	83	23	18	38	0,60	0,01	1,09	0,20
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:		29,6	25,3	94,5	742	134	82	239	4,23	0,31	25,35	0,24
	Полдник												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,20	0,06	1,80	0,04
ТТК 376	Пирожок печёный слоёный с творогом	75	10,6	5,7	20,9	196	68	14	96	0,51	0,05	0,07	0,02
	Всего:		16,2	10,7	42,9	352	310	44	284	0,71	0,11	1,87	0,06
	Итого:		64,3	59,7	229,4	1798	1080	231	980	7,91	0,77	150,13	0,40
	Пятница												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,00	0,00	0,04
15	Сыр порционнo	20	4,6	5,9	0,0	73	176	7	100	0,20	0,01	0,14	0,06
ТТК 6	Котлеты из индейки	90	11,0	11,7	9,7	188	95	17	56	1,70	0,05	0,50	0,03
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,52	0,03	0,00	0,03
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	55	0,6	0,1	2,1	13	8	11	14	0,50	0,03	13,80	0,00
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		22,8	32,5	79,5	738	321	80	283	7,59	0,25	29,54	0,16
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	11,0	1,2	16,7	142	12	34	56	0,90	0,04	1,40	0,02
259	Жаркое по-домашнему с печенью	200	10,9	6,2	24,9	189	16	237	36	4,60	0,25	14,30	0,00
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:		25,6	8,6	99,0	591	76	302	161	10,11	0,47	30,70	0,02

	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		20,2	24,9	67,4	609	170	80	332	2,92	0,57	12,42	0,09
	Обед												
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясными фрикадельками, зеленью	20/250	6,2	4,8	15,0	145	17	25	89	1,13	0,10	6,12	0,00
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	23,8	10,3	10,7	302	14	83	106	1,98	0,10	0,83	0,07
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,52	0,03	0,00	0,03
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	20,9	83	23	18	38	0,60	0,01	1,09	0,20
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:		37,4	22,0	95,4	845	79	162	348	5,54	0,37	8,04	0,30
	Полдник												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,20	0,06	1,80	0,04
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с творогом	75	10,6	5,7	20,9	196	68	14	96	0,51	0,05	0,07	0,02
	Всего:		16,2	10,7	42,9	352	310	44	284	0,71	0,11	1,87	0,06
	Итого:		73,8	57,5	205,7	1806	559	287	964	9,17	1,05	22,33	0,45
	Среда												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,00	0,00	0,04
15	Сыр порционнo	10	2,3	3,0	0,0	36	88	4	50	0,10	0,00	0,07	0,03
ТТК 473	Бефстроганов из филе индейки	100	11,0	10,6	4,5	158	91	8	68	0,90	0,03	0,80	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	251	15	133	201	4,50	0,21	0,00	0,03
	Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,6	75	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		26,9	32,0	74,2	697	211	157	353	6,87	0,32	0,97	0,11
	Обед												
99	Суп из овощей с мясом, сметаной, зеленью	10/255	5,6	6,2	9,5	119	26	21	54	0,77	0,07	12,75	0,05
285	Макаронник с мясом	200	14,8	14,2	43,5	360	17	25	150	2,05	0,24	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	35	0,4	0,1	1,3	9	5	7	9	0,31	0,02	8,80	0,00
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	11	2	6	0,03	0,00	7,60	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:		24,5	21,7	117,3	770	107	86	288	7,77	0,51	44,15	0,05
	Полдник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,20	0,30	17,00	0,18
376	Пирожок печеный сдобный с картофелем и луком	60	4,9	6,2	22,4	196	24	13	52	0,62	0,07	1,14	0,01

		10,9	12,6	31,8	316	264	41	232	0,82	0,37	18,14	0,19
	Всего:											
	Итого:	62,3	66,3	223,3	1783	582	284	873	15,46	1,20	63,26	0,35
	Четверг											
	Завтрак											
14	Масло сливочное	0,2	11,0	0,2	99	3	0	5	0,03	0,00	0,00	0,06
16	Ветчина порционно	4,1	2,6	1,1	45	2	4	39	0,21	0,15	0,00	0,00
ТТК 147	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	7,7	8,5	37,2	257	208	44	211	0,77	0,07	2,20	0,04
	Творог "Растишка"	6,0	3,5	12,1	104	247	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00
382	Какао с молоком	3,9	3,8	21,1	131	126	31	116	1,03	0,05	1,30	0,02
	Батон витаминный с микроэлементами	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:	24,5	30,5	100,7	777	620	101	410	5,84	0,40	18,50	0,12
	Обед											
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	9,0	1,0	12,9	114	10	28	46	0,73	0,03	1,26	0,01
ТТК 274	Ёжики "Аппетитные"	11,6	11,4	12,9	205	23	12	54	0,60	0,03	3,50	0,03
312	Пюре картофельное	3,1	5,4	12,1	138	37	28	82	0,99	0,14	5,18	0,03
342	Компот из яблок	0,2	0,2	13,9	59	7	4	4	0,93	0,01	4,09	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Багон витаминный с микроэлементами	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:	27,0	18,5	72,1	615	101	89	239	4,56	0,34	14,03	0,07
	Полдник											
386	Йогурт фруктовый питьевой	3,0	2,8	9,5	75	238	28	182	0,20	0,06	1,20	0,04
421	Сдоба обыкновенная	5,8	3,6	31,1	222	11	87	44	0,63	0,07	0,00	0,02
	Всего:	8,8	6,4	40,6	297	249	115	226	0,83	0,13	1,20	0,06
	Итого:	60,2	55,5	213,3	1689	970	305	875	11,23	0,87	33,73	0,25
	Пятница											
	Завтрак											
14	Масло сливочное	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,00	0,00	0,04
15	Сыр порционно	3,5	4,4	0,0	55	132	5	75	0,15	0,01	0,12	0,05
ТТК 477	Бифштекс домашний	13,1	10,5	16,3	191	11	16	49	1,26	0,17	1,40	0,00
309	Рожки отварные	5,5	4,9	28,0	186	6	8	36	0,77	0,05	0,00	0,02
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	0,6	0,1	2,0	12	7	10	13	0,50	0,03	12,50	0,00
338	Фрукты свежие	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	2,3	1,8	22,0	113	61	7	45	0,10	0,24	0,65	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:	27,7	30,1	97,4	764	253	68	261	6,60	0,63	29,67	0,11
	Обед											
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	4,7	3,0	7,7	81	34	22	47	0,76	0,06	18,36	0,00
ТТК 426	Рыба запечённая (горбуша)	17,1	10,0	4,4	179	15	21	141	0,70	0,23	0,56	0,02

304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,52	0,03	0,00	0,03
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,4	0,1	1,6	8	14	8	26	0,36	0,02	6,00	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	71	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:		29,1	20,0	79,5	654	97	90	335	3,75	0,48	39,92	0,05
	Полдник												
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	24	14	17	3,30	0,05	15,00	0,00
ТТК 27	Хачапури с сыром	65	8,4	10,0	18,1	210	168	13	119	0,61	0,05	0,06	0,08
	Всего:		9,0	10,6	55,2	371	192	27	136	3,91	0,10	15,06	0,08
	Итого:		65,8	60,7	232,0	1788	542	185	731	14,26	1,20	84,65	0,24
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,00	0,00	0,04
15	Сыр порционнo	25	5,7	7,3	0,0	91	220	9	125	0,25	0,01	0,17	0,07
210	Омлет натуральный	150	13,9	17,9	3,3	229	123	20	244	2,58	0,08	0,36	0,26
338	Фрукты свежие	200	1,8	0,4	16,2	126	68	26	46	0,60	0,08	120,00	0,00
382	Какао с молоком	200	3,9	3,8	21,1	131	126	31	116	1,03	0,05	1,30	0,02
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	8	23	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		27,4	37,2	55,0	713	549	94	557	4,98	0,30	121,83	0,39
	Обед												
101	Суп картофельный с пшеном, рыбными консервами, зеленью	275	7,3	8,8	17,1	181	15	27	67	0,96	0,11	8,25	0,00
265	Плов из говядины	200	14,7	9,8	36,7	309	12	35	95	0,82	0,05	1,21	0,00
101/2004	Икра кабачковая (доп. гарнир)	35	0,4	1,8	2,7	27	11	5	11	0,28	0,01	3,36	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00	0,00
	Всего:		25,4	20,9	99,1	706	62	84	225	3,37	0,31	12,82	0,00
	Полдник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,20	0,30	17,00	0,18
ТТК 357/1	Маковый рулетик посыпной	55	4,7	5,9	23,5	186	21	7	21	0,37	0,04	0,04	0,01
	Всего:		10,7	12,3	32,9	306	261	35	201	0,57	0,34	17,04	0,19
	Итого:		63,5	70,4	187,0	1725	871	213	983	8,92	0,95	151,69	0,58
	Вторник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	15	0,2	11,0	0,2	99	3	0	5	0,03	0,00	0,00	0,06
15	Сыр порционнo	30	6,9	9,0	0,0	108	264	11	150	0,30	0,00	0,21	0,09

119	Суп с горохом, гренками и зеленью	250/15	10,5	6,5	33,8	236	37	39	100	2,90	0,40	0,00
467/2004	Биточки по-белорусски	100	18,5	15,3	1,7	219	36	28	185	1,43	0,07	0,03
309	Вермишель отварная	150	5,5	4,2	28,5	183	6	8	36	0,77	0,06	0,02
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	40	0,3	0,1	1,0	6	9	6	17	0,24	0,01	0,00
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	59	7	4	4	0,93	0,01	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,1	0,6	20,3	99	24	17	53	1,31	0,13	0,00
	Всего:		38,1	26,8	99,2	802	119	102	395	7,58	0,68	0,05
	Полдник											
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	6,0	5,6	19,0	150	238	28	182	0,20	0,06	0,04
421	Сдоба обыкновенная	75	5,8	3,6	34,1	222	11	87	44	0,63	0,07	0,02
	Всего:		11,8	9,2	53,1	372	249	115	226	0,83	0,13	0,06
	Итого:		69,3	69,1	222,7	1836	762	290	958	14,48	1,32	0,23
	Итого по меню:		1324,6	1236,6	4428,5	35372	14590	5386	17697	265,24	21,45	9,31
	среднее за день		66,2	61,8	221,4	1769	730	269	885	13,26	1,07	0,47

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