



4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на январь 2026 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 |      |          | Энергетическ<br>ая ценность<br>(ккал) | Микроэлементы (мг) |     |     |      | Витамины (мг)  |       |      |
|---|--|---------------------|------------------|------|----------|---------------------------------------|--------------------|-----|-----|------|----------------|-------|------|
|   |  |                     | белки            | жиры | углеводы |                                       | Ca                 | Mg  | P   | Fe   | B <sub>1</sub> | C     | A    |
|   | <i>Первая неделя</i>   |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
|   | <i>Понедельник</i>   |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
|   | <b>Завтрак</b>   |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
| 14  | Масло сливочное  | 10                  | 0,1              | 7,3  | 0,1      | 66                                    | 2                  | 0   | 3   | 0,00 | 0,00           | 0,00  | 0,00 |
| 15  | Сыр порционнo  | 20                  | 4,6              | 5,8  | 0,0      | 71                                    | 200                | 11  | 120 | 0,20 | 0,01           | 0,14  | 0,06 |
| 210                                       | Омлет натуральнoй  | 150                 | 13,9             | 14,4 | 3,4      | 199                                   | 124                | 20  | 245 | 2,59 | 0,06           | 0,73  | 0,11 |
| 338                                       | Фрукты свежие  | 120                 | 1,0              | 0,2  | 9,0      | 42                                    | 42                 | 14  | 21  | 0,12 | 0,07           | 45,60 | 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 |
|   | Батон, витаминнoй с микронутриентами                                   | 28                  | 2,2              | 0,6  | 16,0     | 78                                    | 11                 | 0   | 0   | 0,56 | 0,09           | 0,00  | 0,00 |
|   | <b>Всего:</b>  |                     | 22,0             | 28,4 | 33,5     | 477                                   | 384                | 49  | 397 | 4,37 | 0,23           | 46,57 | 0,17 |
|   | <b>Обед</b>  |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
| 101                                       | Суп картофельнoй с крупой, с рыбнoй консервами                         | 215                 | 4,3              | 5,3  | 13,8     | 120                                   | 12                 | 19  | 53  | 0,80 | 0,20           | 6,80  | 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 |
| 101/2004                                  | Икра кабачковая (доп.гарнир)   | 50                  | 0,6              | 2,4  | 3,9      | 39                                    | 16                 | 7   | 15  | 0,40 | 0,02           | 4,80  | 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 фруктовоy  | 200                 | 0,2              | 0,1  | 10,1     | 41                                    | 5                  | 4   | 8   | 0,90 | 0,00           | 0,10  | 0,00 |
|   | Хлеб полезнoй с микронутриентами/ Батон, витаминнoй с микронутриентами | 25/40               | 5,0              | 1,1  | 33,7     | 167                                   | 34                 | 0   | 0   | 1,78 | 0,22           | 0,00  | 0,00 |
|   | <b>Всего:</b>  |                     | 20,4             | 23,7 | 102,9    | 705                                   | 78                 | 61  | 149 | 5,08 | 1,14           | 11,80 | 0,00 |
|   | <b>Полдник</b>   |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
|   | Плюшка домашня   | 100                 | 8,0              | 7,0  | 64,0     | 357                                   | 0                  | 0   | 0   | 0    | 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 |
|   | <b>Всего:</b>  |                     | 8,2              | 7,1  | 76,0     | 406                                   | 11                 | 8   | 9   | 0,2  | 0,0            | 4,5   | 0,0  |
|   | <b>Итого:</b>  |                     | 50,6             | 59,2 | 212,4    | 1588                                  | 473                | 118 | 555 | 9,65 | 1,37           | 62,87 | 0,17 |
|   | <i>Вторник</i>   |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
|   | <b>Завтрак</b>   |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
| 864/2022                                  | Блины "Домашние" с вареньем  | 168/30              | 10,1             | 24,7 | 54,2     | 479                                   | 0                  | 0   | 0   | 0,00 | 0,00           | 0,00  | 0,00 |
| 338                                       | Фрукты свежие  | 171                 | 0,7              | 0,6  | 17,6     | 77                                    | 33                 | 20  | 27  | 3,91 | 0,03           | 8,50  | 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>  |                     | 11,0             | 25,4 | 76,8     | 577                                   | 38                 | 24  | 35  | 4,81 | 0,03           | 8,60  | 0,00 |
|   | <b>Обед</b>  |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
| 82  | Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью                          | 200                 | 1,4              | 3,9  | 7,9      | 72                                    | 27                 | 17  | 40  | 0,90 | 0,20           | 8,30  | 0,00 |
| 295                                       | Котлета рубленнaя из куриного филе                                     | 100                 | 20,2             | 9,0  | 16,8     | 229                                   | 42                 | 72  | 151 | 1,80 | 0,20           | 1,30  | 0,10 |
| 309                                       | Рожки отварные   | 150                 | 5,4              | 4,9  | 27,9     | 178                                   | 6                  | 8   | 35  | 0,80 | 0,10           | 0,00  | 0,00 |
|   | Сочник с фруктовой начинкой  | 70                  | 3,5              | 10,9 | 43,3     | 289                                   | 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 полезнoй с микронутриентами/ Батон, витаминнoй 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>  |                     | 36,9             | 29,9 | 145,1    | 1030                                  | 144                | 118 | 255 | 6,06 | 0,73           | 10,50 | 0,10 |
|   | <b>Полдник</b>   |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
|   | Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущённой"                       | 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 |
|   | <b>Всего:</b>  |                     | 7,5              | 5,3  | 55,1     | 297                                   | 5                  | 4   | 8   | 0,90 | 0,00           | 0,10  | 0,00 |
|   | <b>Итого:</b>  |                     | 55,4             | 60,6 | 277,0    | 1904                                  | 187                | 146 | 298 | 11,8 | 0,8            | 19,2  | 0,1  |
|   | <i>Среда</i>   |                     |                  |      |          |                                       |                    |     |     |      |                |       |      |
|   | <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 |
| ТТК 147                                   | Каша молочная рисовая с маслом   | 150/5               | 4,0              | 6,1  | 22,8     | 163                                   | 113                | 23  | 113 | 0,30 | 0,04           | 1,20  | 0,20 |
|   | Йогурт   | 100                 | 2,8              | 2,8  | 11,5     | 82                                    | 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, витаминнoй с микронутриентами                                   | 45                  | 3,6              | 0,9  | 25,7     | 126                                   | 18                 | 0   | 0   | 0,90 | 0,14           | 0,00  | 0,00 |
|   | <b>Всего:</b>  |                     | 10,8             | 19,2 | 68,3     | 490                                   | 136                | 27  | 121 | 2,10 | 0,18           | 1,30  | 0,20 |

|          |  |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|----------|--|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|--------------|-------------|--------------|-------------|
|          | <b>Обед</b>  |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| ТТК 370  | Суп сырный с гречкой, зеленью  | <b>200/15</b> | 3,8         | 4,8         | 21,7         | 145         | 104        | 15         | 82         | 1,00         | 0,34        | 9,40         | 0,02        |
| ТТК 274  | Ёжики Аппетитные   | <b>100/50</b> | 11,3        | 11,8        | 12,9         | 202         | 17         | 15         | 77         | 0,80         | 0,10        | 1,00         | 0,00        |
| 312      | Пюре картофельное  | <b>180</b>    | 3,8         | 6,3         | 14,5         | 130         | 46         | 33         | 99         | 1,20         | 0,00        | 0,40         | 0,10        |
| 338      | Фрукты свежие  | <b>140</b>    | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 62          | 23         | 13         | 15         | 3,10         | 0,00        | 14,00        | 0,00        |
| 388      | Напиток из шиповника   | <b>200</b>    | 0,7         | 0,3         | 19,6         | 84          | 10         | 3          | 3          | 0,63         | 0,01        | 20,00        | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | <b>25/25</b>  | 3,8         | 0,8         | 25,1         | 123         | 28         | 0          | 0          | 1,48         | 0,17        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |               | <b>23,9</b> | <b>24,5</b> | <b>107,5</b> | <b>746</b>  | <b>228</b> | <b>79</b>  | <b>276</b> | <b>8,21</b>  | <b>0,62</b> | <b>44,80</b> | <b>0,12</b> |
|          | <b>Полдник</b>   |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной                           | <b>100</b>    | 6,5         | 6,5         | 86,0         | 270         | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 376      | Чай с сахаром  | <b>200</b>    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |               | <b>6,7</b>  | <b>6,6</b>  | <b>91,0</b>  | <b>291</b>  | <b>5</b>   | <b>4</b>   | <b>8</b>   | <b>0,90</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,10</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>  |               | <b>41,4</b> | <b>50,3</b> | <b>266,8</b> | <b>1527</b> | <b>369</b> | <b>110</b> | <b>405</b> | <b>11,21</b> | <b>0,80</b> | <b>46,20</b> | <b>0,32</b> |
|          | <b>Четверг</b>   |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | <b>Завтрак</b>   |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 14       | Масло сливочное  | <b>10</b>     | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 66          | 2          | 0          | 3          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 223      | Запеканка из творога со сгущённым молоком                              | <b>150/25</b> | 25,4        | 19,7        | 35,8         | 422         | 292        | 41         | 363        | 1,02         | 0,09        | 0,49         | 0,07        |
| 338      | Фрукты свежие  | <b>140</b>    | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 62          | 23         | 13         | 15         | 3,10         | 0,00        | 14,00        | 0,00        |
| 376      | Чай с сахаром  | <b>200</b>    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | <b>20</b>     | 1,6         | 0,4         | 11,4         | 56          | 8          | 0          | 0          | 0,40         | 0,06        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |               | <b>27,8</b> | <b>28,0</b> | <b>66,0</b>  | <b>627</b>  | <b>330</b> | <b>58</b>  | <b>389</b> | <b>5,42</b>  | <b>0,15</b> | <b>14,59</b> | <b>0,07</b> |
|          | <b>Обед</b>  |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 157      | Солянка домашняя со сметаной, зеленью                                  | <b>210</b>    | 6,4         | 5,9         | 5,8          | 99          | 21         | 27         | 59         | 0,90         | 0,13        | 4,20         | 0,50        |
| 431/2004 | Печень по-строгановски   | <b>100</b>    | 12,0        | 9,7         | 7,6          | 166         | 19         | 14         | 210        | 4,40         | 0,20        | 7,30         | 0,02        |
| 309      | Вермишель отварная   | <b>150</b>    | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 178         | 6          | 8          | 35         | 0,80         | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
|          | Кекс для детского питания  | <b>28</b>     | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 124         | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| ТТК 206  | Компот из ягод   | <b>200</b>    | 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 | <b>25/43</b>  | 5,2         | 1,2         | 35,4         | 173         | 35         | 0          | 0          | 1,80         | 0,23        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |               | <b>30,9</b> | <b>28,0</b> | <b>104,4</b> | <b>789</b>  | <b>92</b>  | <b>57</b>  | <b>313</b> | <b>8,1</b>   | <b>0,7</b>  | <b>16,0</b>  | <b>0,5</b>  |
|          | <b>Полдник</b>   |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | Слойка с фруктовой начинкой  | <b>100</b>    | 4,5         | 11,5        | 52,5         | 330         | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 376      | Чай с сахаром  | <b>200</b>    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |               | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b>  | <b>351</b>  | <b>5</b>   | <b>4</b>   | <b>8</b>   | <b>0,9</b>   | <b>0,0</b>  | <b>0,1</b>   | <b>0,0</b>  |
|          | <b>Итого:</b>  |               | <b>63,4</b> | <b>67,6</b> | <b>227,9</b> | <b>1767</b> | <b>427</b> | <b>119</b> | <b>710</b> | <b>14,4</b>  | <b>0,8</b>  | <b>30,7</b>  | <b>0,6</b>  |
|          | <b>Пятница</b>   |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | <b>Завтрак</b>   |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| ТТК 42   | Котлета куриная с сыром  | <b>90</b>     | 11,9        | 8,1         | 7,9          | 152         | 169        | 39         | 102        | 0,80         | 0,05        | 0,25         | 0,02        |
| 304      | Рис отварной   | <b>150</b>    | 3,7         | 6,3         | 28,5         | 185         | 1          | 12         | 62         | 0,50         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 338      | Фрукты свежие  | <b>120</b>    | 1,0         | 0,2         | 9,0          | 42          | 42         | 14         | 21         | 0,12         | 0,07        | 45,60        | 0,00        |
| 376      | Чай с сахаром  | <b>200</b>    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | <b>25</b>     | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 70          | 10         | 0          | 0          | 0,50         | 0,08        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |               | <b>18,8</b> | <b>15,2</b> | <b>64,7</b>  | <b>470</b>  | <b>227</b> | <b>69</b>  | <b>193</b> | <b>2,82</b>  | <b>0,20</b> | <b>45,95</b> | <b>0,02</b> |
|          | <b>Обед</b>  |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 278/2022 | Суп куриный с зеленью  | <b>200</b>    | 1,8         | 2,4         | 9,4          | 77          | 13         | 21         | 56         | 0,72         | 0,32        | 0,08         | 0,01        |
| ТТК 65   | Митболлы в томатном соусе  | <b>100/50</b> | 19,8        | 18,2        | 11,5         | 286         | 18         | 19         | 12         | 1,50         | 0,20        | 0,55         | 0,04        |
| 312      | Пюре картофельное  | <b>150</b>    | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 108         | 38         | 28         | 82         | 1,00         | 0,10        | 5,10         | 0,10        |
| 389      | Сок фруктовый  | <b>200</b>    | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 41          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | <b>25/50</b>  | 5,8         | 1,3         | 39,4         | 193         | 38         | 0          | 0          | 2,00         | 0,25        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |               | <b>30,7</b> | <b>27,2</b> | <b>82,5</b>  | <b>705</b>  | <b>112</b> | <b>72</b>  | <b>158</b> | <b>6,12</b>  | <b>0,87</b> | <b>5,83</b>  | <b>0,15</b> |
|          | <b>Полдник</b>   |               |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | Нижегородская сдоба с маком глазированная                              | <b>100</b>    | 8,0         | 9,0         | 73,0         | 400         | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 348      | Компот из кураги   | <b>200</b>    | 1,1         | 0,0         | 13,2         | 86          | 33         | 21         | 29         | 0,70         | 0,00        | 0,90         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |               | <b>9,1</b>  | <b>9,0</b>  | <b>86,2</b>  | <b>486</b>  | <b>33</b>  | <b>21</b>  | <b>29</b>  | <b>0,70</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,90</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>  |               | <b>58,6</b> | <b>51,4</b> | <b>233,4</b> | <b>1661</b> | <b>372</b> | <b>162</b> | <b>380</b> | <b>9,64</b>  | <b>1,07</b> | <b>52,68</b> | <b>0,17</b> |

|          |  |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|----------|--|-----------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|-------|------|-------|-------|
|          | Вторая неделя  |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | Понедельник  |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | <b>Завтрак</b>   |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
| 14       | Масло сливочное  | 10        | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 66   | 2   | 0   | 3   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00  |
| ТТК 57   | Пудинг "Лакомка" с вареньем  | 150/20    | 14,1 | 9,3  | 53,3  | 353  | 12  | 5   | 23  | 0,40  | 0,03 | 0,24  | 0,02  |
| 338      | Фрукты свежие  | 140       | 0,5  | 0,5  | 13,7  | 62   | 23  | 13  | 15  | 3,10  | 0,00 | 14,00 | 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                                   | 30        | 2,4  | 0,6  | 17,2  | 85   | 12  | 0   | 0   | 0,60  | 0,10 | 0,00  | 0,00  |
|          | <b>Всего:</b>  |           | 17,3 | 17,8 | 89,3  | 587  | 54  | 22  | 49  | 5,00  | 0,13 | 14,34 | 0,02  |
|          | <b>Обед</b>  |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
| 88       | Суп из овощей, с зеленью   | 200       | 1,4  | 4,0  | 7,6   | 72   | 18  | 15  | 42  | 0,64  | 0,16 | 10,40 | 0,00  |
| 260      | Гуляш из говядины  | 100       | 10,6 | 10,5 | 2,4   | 146  | 16  | 18  | 23  | 1,20  | 0,06 | 0,50  | 0,01  |
| 302      | Каша гречневая рассыпчатая   | 150       | 8,5  | 7,3  | 36,6  | 246  | 15  | 133 | 201 | 4,50  | 0,20 | 0,00  | 0,00  |
|          | Вафли  | 20        | 1,4  | 5,8  | 29,0  | 104  | 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/40     | 5,0  | 1,1  | 33,7  | 165  | 34  | 0   | 0   | 1,78  | 0,22 | 0,00  | 0,00  |
|          | <b>Всего:</b>  |           | 27,1 | 28,8 | 119,4 | 774  | 88  | 170 | 274 | 9,02  | 0,64 | 11,00 | 0,01  |
|          | <b>Полдник</b>   |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | Плюшка домашняя  | 100       | 8,0  | 7,0  | 64,0  | 357  | 0   | 0   | 0   | 0,0   | 0,0  | 0,0   | 0,0   |
| ТТК 206  | Компот из ягод   | 200       | 0,2  | 0,1  | 12,0  | 49   | 11  | 8   | 9   | 0,20  | 0,00 | 4,50  | 0,00  |
|          | <b>Всего:</b>  |           | 8,2  | 7,1  | 76,0  | 406  | 11  | 8   | 9   | 0,2   | 0,0  | 4,5   | 0,0   |
|          | <b>Итого:</b>  |           | 52,6 | 53,7 | 284,7 | 1767 | 153 | 200 | 332 | 14,22 | 0,77 | 29,84 | 0,03  |
|          | Вторник  |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | <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  |
| ТТК 147  | Каша молочная "Дружба" с маслом  | 150/5     | 4,7  | 6,6  | 22,5  | 168  | 124 | 27  | 127 | 0,50  | 0,08 | 1,30  | 0,20  |
|          | Йогурт   | 100       | 2,8  | 2,8  | 11,5  | 82   | 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 микронутриентами                                   | 41        | 3,3  | 0,8  | 23,5  | 115  | 16  | 0   | 0   | 0,82  | 0,13 | 0,00  | 0,00  |
|          | <b>Всего:</b>  |           | 11,2 | 19,6 | 65,8  | 484  | 145 | 31  | 135 | 2,22  | 0,21 | 1,40  | 0,20  |
|          | <b>Обед</b>  |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
| 177/2004 | Бульон с куриным филе, гренокми, зеленью                               | 25/15/200 | 9,5  | 0,8  | 14,0  | 102  | 15  | 24  | 39  | 0,84  | 0,16 | 1,50  | 0,02  |
| 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  |
| 338      | Фрукты свежие  | 140       | 0,5  | 0,5  | 13,7  | 62   | 23  | 13  | 15  | 3,10  | 0,00 | 14,00 | 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  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 20/25     | 3,4  | 0,7  | 22,9  | 112  | 24  | 0   | 0   | 1,28  | 0,15 | 0,00  | 0,00  |
|          | <b>Всего:</b>  |           | 32,8 | 18,3 | 105,6 | 721  | 87  | 58  | 148 | 7,12  | 0,72 | 30,50 | 0,02  |
|          | <b>Полдник</b>   |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | 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  |
|          | <b>Всего:</b>  |           | 7,5  | 5,3  | 55,1  | 297  | 5   | 4   | 8   | 0,9   | 0,0  | 0,1   | 0,0   |
|          | <b>Итого:</b>  |           | 51,5 | 43,2 | 226,5 | 1502 | 237 | 93  | 291 | 10,24 | 0,93 | 32,00 | 0,22  |
|          | Среда  |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | <b>Завтрак</b>   |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
| 14       | Масло сливочное  | 10        | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 66   | 2   | 0   | 3   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00  |
| 291      | Плов из филе индейки   | 150       | 8,0  | 12,8 | 34,0  | 283  | 17  | 27  | 76  | 1,20  | 0,22 | 3,00  | 0,00  |
| 338      | Фрукты свежие  | 120       | 1,0  | 0,2  | 9,0   | 42   | 42  | 14  | 21  | 0,12  | 0,07 | 45,60 | 0,00  |
| 245/1    | Кофейный напиток быстрорастворимый                                     | 200       | 2,6  | 1,8  | 16,6  | 93   | 84  | 10  | 63  | 0,10  | 0,03 | 0,90  | 14,00 |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 37        | 3,0  | 0,7  | 21,2  | 104  | 15  | 0   | 0   | 0,74  | 0,12 | 0,00  | 0,00  |
|          | <b>Всего:</b>  |           | 14,7 | 22,8 | 80,9  | 588  | 160 | 51  | 163 | 2,16  | 0,44 | 49,50 | 14,00 |
|          | <b>Обед</b>  |           |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
| 96       | Рассольник Ленинградский с зеленью                                     | 200       | 1,7  | 4,1  | 13,8  | 99   | 14  | 19  | 58  | 0,80  | 0,20 | 6,20  | 0,01  |
| 234      | Котлета рыбная   | 100       | 15,3 | 12,5 | 18,4  | 246  | 62  | 43  | 176 | 1,30  | 0,20 | 0,40  | 4,40  |

|          |  |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|----------|--|--------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|-------|------|-------|-------|
| 312      | Пюре картофельное  | 150    | 3,1  | 5,2  | 12,1  | 108  | 38  | 28  | 82  | 1,00  | 0,10 | 5,10  | 0,10  |
| ТТК 275  | Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)           | 50     | 0,8  | 2,6  | 6,0   | 50   | 21  | 7   | 14  | 0,30  | 0,01 | 13,20 | 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  |
| 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 | 25/33  | 4,4  | 1,0  | 29,7  | 145  | 31  | 0   | 0   | 1,60  | 0,19 | 0,00  | 0,00  |
|          | Всего:   |        | 28,1 | 31,6 | 108,9 | 858  | 199 | 118 | 359 | 5,70  | 0,70 | 25,80 | 4,51  |
|          | 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:   |        | 49,5 | 60,9 | 280,8 | 1737 | 364 | 173 | 530 | 8,76  | 1,14 | 75,40 | 18,51 |
|          | Четверг  |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | Завтрак  |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
| 204      | Макароны с сыром   | 180    | 10,2 | 13,5 | 29,0  | 278  | 121 | 19  | 131 | 0,80  | 0,06 | 0,00  | 0,00  |
|          | Творог для детского питания  | 100    | 7,6  | 4,2  | 11,1  | 113  | 85  | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 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 микронутриентами                                   | 30     | 2,4  | 0,6  | 17,2  | 85   | 12  | 0   | 0   | 0,60  | 0,10 | 0,00  | 0,00  |
|          | Всего:   |        | 20,2 | 18,3 | 85,3  | 588  | 221 | 19  | 137 | 1,40  | 0,15 | 7,60  | 0,00  |
|          | Обед   |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
| 111/2004 | Борщ "Сибирский" с зеленью   | 200    | 0,9  | 4,9  | 7,8   | 81   | 26  | 15  | 34  | 1,00  | 0,15 | 7,30  | 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  |
| 304      | Рис отварной   | 150    | 3,7  | 6,3  | 28,5  | 185  | 1   | 12  | 62  | 0,50  | 0,00 | 0,00  | 0,00  |
| 306      | Кукуруза консервированная (доп.гарнир)                                 | 40     | 4,1  | 2,0  | 24,0  | 130  | 14  | 42  | 120 | 1,50  | 0,20 | 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 | 25/25  | 3,8  | 0,8  | 25,1  | 123  | 28  | 0   | 0   | 1,48  | 0,17 | 0,00  | 0,00  |
|          | Всего:   |        | 32,5 | 32,3 | 108,9 | 854  | 98  | 96  | 237 | 6,18  | 0,72 | 12,35 | 0,05  |
|          | 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:   |        | 57,4 | 62,2 | 251,7 | 1793 | 324 | 119 | 382 | 8,48  | 0,87 | 20,05 | 0,05  |
|          | Пятница  |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | Завтрак  |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
|          | Сыр плавленый  | 17,5   | 1,6  | 3,1  | 1,1   | 38   | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00  |
| ТТК 477  | Бифштекс домашний  | 90     | 8,1  | 13,4 | 15,9  | 217  | 7   | 10  | 35  | 0,90  | 0,10 | 1,20  | 0,00  |
| 309      | Рожки отварные   | 150    | 5,4  | 4,9  | 27,9  | 178  | 6   | 8   | 35  | 0,80  | 0,10 | 0,00  | 0,00  |
| 338      | Фрукты свежие  | 140    | 0,5  | 0,5  | 13,7  | 62   | 23  | 13  | 15  | 3,10  | 0,00 | 14,00 | 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                                   | 20     | 1,6  | 0,4  | 11,4  | 56   | 8   | 0   | 0   | 0,40  | 0,06 | 0,00  | 0,00  |
|          | Всего:   |        | 17,4 | 22,4 | 75,0  | 572  | 49  | 35  | 93  | 6,10  | 0,26 | 15,30 | 0,00  |
|          | Обед   |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |
| 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  |
| 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)           | 60     | 0,9  | 3,0  | 6,8   | 59   | 26  | 9   | 17  | 0,30  | 0,01 | 16,00 | 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/25  | 3,8  | 0,8  | 25,1  | 123  | 28  | 0   | 0   | 1,48  | 0,17 | 0,00  | 0,00  |
|          | Всего:   |        | 37,4 | 31,3 | 84,6  | 771  | 145 | 161 | 367 | 7,59  | 0,59 | 22,96 | 0,18  |
|          | 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  | 0,70  | 0,00 | 0,90  | 0,00  |
|          | Итого:   |        | 63,9 | 62,7 | 245,8 | 1829 | 227 | 217 | 489 | 14,39 | 0,85 | 39,16 | 0,18  |
|          | Третья неделя  |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |       |

|          |  |  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
|----------|--|--|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|
|          |  | <b>Понедельник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
|          |  | <b>Завтрак</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
| 14       |  | Масло сливочное  | 10     | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 66          | 2          | 0          | 3          | 0,00        | 0,00        | 0,00         |
| 15       |  | Сыр порционнно   | 20     | 4,6         | 5,8         | 0,0          | 71          | 200        | 11         | 120        | 0,20        | 0,01        | 0,14         |
| 210      |  | Омлет натуральный  | 150    | 13,9        | 14,4        | 3,4          | 199         | 124        | 20         | 245        | 2,59        | 0,06        | 0,73         |
| 338      |  | Фрукты свежие  | 120    | 1,0         | 0,2         | 9,0          | 42          | 42         | 14         | 21         | 0,12        | 0,07        | 45,60        |
| 376      |  | Чай с сахаром  | 200    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90        | 0,00        | 0,10         |
|          |  | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 28     | 2,2         | 0,6         | 16,0         | 78          | 11         | 0          | 0          | 0,60        | 0,09        | 0,00         |
|          |  | <b>Всего:</b>  |        | <b>22,0</b> | <b>28,4</b> | <b>33,5</b>  | <b>477</b>  | <b>384</b> | <b>49</b>  | <b>397</b> | <b>4,41</b> | <b>0,23</b> | <b>46,57</b> |
|          |  | <b>Обед</b>  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
| ТТК 370  |  | Суп сырный с гречками, зеленью   | 200/15 | 3,8         | 4,8         | 21,7         | 145         | 104        | 15         | 82         | 1,00        | 0,34        | 9,40         |
| 265      |  | Плов из говядины   | 150    | 8,6         | 8,6         | 25,7         | 214         | 11         | 31         | 73         | 1,20        | 0,70        | 0,10         |
| 101/2004 |  | Икра кабачковая (доп.гарнир)   | 50     | 0,6         | 2,4         | 3,9          | 39          | 16         | 7          | 15         | 0,40        | 0,02        | 4,80         |
|          |  | Печенье  | 20     | 1,5         | 2,8         | 13,6         | 86          | 0          | 0          | 0          | 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         |
|          |  | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/46  | 5,5         | 1,2         | 37,1         | 182         | 36         | 0          | 0          | 1,90        | 0,24        | 0,00         |
|          |  | <b>Всего:</b>  |        | <b>20,2</b> | <b>19,9</b> | <b>112,1</b> | <b>707</b>  | <b>172</b> | <b>57</b>  | <b>178</b> | <b>5,40</b> | <b>1,30</b> | <b>14,40</b> |
|          |  | <b>Полдник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
|          |  | Слойка с фруктовой начинкой  | 100    | 4,5         | 11,5        | 52,5         | 330         | 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         |
|          |  | <b>Всего:</b>  |        | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b>  | <b>351</b>  | <b>5</b>   | <b>4</b>   | <b>8</b>   | <b>0,90</b> | <b>0,00</b> | <b>0,10</b>  |
|          |  | <b>Итого:</b>  |        | <b>46,9</b> | <b>59,9</b> | <b>203,1</b> | <b>1535</b> | <b>561</b> | <b>110</b> | <b>583</b> | <b>10,7</b> | <b>1,5</b>  | <b>61,1</b>  |
|          |  | <b>Вторник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
|          |  | <b>Завтрак</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
| 14       |  | Масло шоколадное   | 15     | 0,2         | 9,3         | 3,3          | 98          | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         |
| ТТК 147  |  | Каша молочная "Дружба" с маслом  | 150/5  | 4,7         | 6,6         | 22,5         | 168         | 124        | 27         | 127        | 0,50        | 0,08        | 1,30         |
|          |  | Йогурт   | 100    | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 82          | 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         |
|          |  | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 41     | 3,3         | 0,8         | 23,5         | 115         | 16         | 0          | 0          | 0,82        | 0,13        | 0,00         |
|          |  | <b>Всего:</b>  |        | <b>11,2</b> | <b>19,6</b> | <b>65,8</b>  | <b>484</b>  | <b>145</b> | <b>31</b>  | <b>135</b> | <b>2,22</b> | <b>0,21</b> | <b>1,40</b>  |
|          |  | <b>Обед</b>  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
| 278/2022 |  | Суп куриный с зеленью  | 200    | 1,8         | 2,4         | 9,4          | 77          | 13         | 21         | 56         | 0,72        | 0,32        | 0,08         |
| 259      |  | Жаркое по-домашнему  | 150    | 9,3         | 9,7         | 14,0         | 182         | 17         | 34         | 70         | 1,80        | 0,30        | 6,20         |
| ТТК 275  |  | Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)           | 75     | 1,2         | 3,9         | 9,0          | 75          | 31         | 11         | 21         | 0,40        | 0,01        | 19,80        |
|          |  | Вафли  | 20     | 1,4         | 5,8         | 29,0         | 104         | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         |
| ТТК 89   |  | Компот из апельсинов   | 200    | 0,2         | 0,1         | 17,0         | 69          | 9          | 3          | 6          | 0,10        | 0,01        | 15,00        |
|          |  | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/54  | 6,1         | 1,4         | 41,7         | 204         | 40         | 0          | 0          | 2,10        | 0,26        | 0,00         |
|          |  | <b>Всего:</b>  |        | <b>20,0</b> | <b>23,3</b> | <b>120,1</b> | <b>711</b>  | <b>110</b> | <b>69</b>  | <b>153</b> | <b>5,12</b> | <b>0,90</b> | <b>41,08</b> |
|          |  | <b>Полдник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
|          |  | Нижегородская сдоба с маком глазированная                              | 100    | 8,0         | 9,0         | 73,0         | 400         | 0          | 0          | 0          | 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         |
|          |  | <b>Всего:</b>  |        | <b>9,1</b>  | <b>9,0</b>  | <b>86,2</b>  | <b>486</b>  | <b>33</b>  | <b>21</b>  | <b>29</b>  | <b>0,70</b> | <b>0,00</b> | <b>0,90</b>  |
|          |  | <b>Итого:</b>  |        | <b>40,3</b> | <b>51,9</b> | <b>272,1</b> | <b>1681</b> | <b>288</b> | <b>121</b> | <b>317</b> | <b>8,0</b>  | <b>1,1</b>  | <b>43,4</b>  |
|          |  | <b>Среда</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
|          |  | <b>Завтрак</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
| 875/2022 |  | Оладьи-сэндвичи с варёной сгущённой                                    | 180    | 9,9         | 18,9        | 94,5         | 594         | 118        | 26         | 164        | 1,26        | 0,18        | 1,11         |
| 338      |  | Фрукты свежие  | 140    | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 62          | 23         | 13         | 15         | 3,10        | 0,00        | 14,00        |
| 376      |  | Чай с сахаром  | 200    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90        | 0,00        | 0,10         |
|          |  | <b>Всего:</b>  |        | <b>10,6</b> | <b>19,5</b> | <b>113,2</b> | <b>677</b>  | <b>146</b> | <b>43</b>  | <b>187</b> | <b>5,26</b> | <b>0,18</b> | <b>15,21</b> |
|          |  | <b>Обед</b>  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |
| 82       |  | Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью                         | 200    | 1,4         | 3,9         | 7,9          | 72          | 27         | 17         | 40         | 0,90        | 0,20        | 8,30         |
| 234      |  | Котлета рыбная   | 100    | 15,3        | 12,5        | 18,4         | 246         | 62         | 43         | 176        | 1,30        | 0,20        | 0,40         |
| 312      |  | Пюре картофельное  | 150    | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 108         | 38         | 28         | 82         | 1,00        | 0,10        | 5,10         |
| 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        |



|         |  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|---------|--|-------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|-------|------|-------|------|
|         | 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 |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/22 | 3,6  | 0,7  | 23,3  | 115  | 27  | 0   | 0   | 1,40  | 0,16 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:   |       | 26,2 | 31,6 | 94,3  | 765  | 185 | 101 | 323 | 5,8   | 0,7  | 29,9  | 4,5  |
|         | Полдник  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной                           | 100   | 6,5  | 6,5  | 86,0  | 270  | 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   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
|         | Всего:   |       | 6,7  | 6,6  | 91,0  | 291  | 5   | 4   | 8   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
|         | Итого:   |       | 43,5 | 57,7 | 298,5 | 1733 | 336 | 148 | 518 | 12,0  | 0,9  | 45,2  | 4,6  |
|         | Четверг  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Завтрак  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 10/2004 | Бутерброд горячий с сыром  | 45    | 7,2  | 11,0 | 11,5  | 173  | 249 | 13  | 145 | 0,40  | 0,20 | 0,00  | 0,00 |
| 182     | Каша молочная пшѐнная 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                                   | 23    | 1,8  | 0,5  | 13,2  | 64   | 9   | 0   | 0   | 0,46  | 0,07 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:   |       | 20,3 | 24,3 | 75,0  | 600  | 499 | 69  | 382 | 2,26  | 0,31 | 2,92  | 0,02 |
|         | Обед   |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| ТТК 83  | Суп Минестроне   | 200   | 2,4  | 4,2  | 10,8  | 90   | 114 | 126 | 342 | 0,58  | 0,27 | 28,00 | 0,30 |
| ТТК 99  | Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе                           | 100   | 13,6 | 8,0  | 3,3   | 140  | 152 | 49  | 170 | 0,90  | 0,01 | 0,20  | 3,60 |
| 309     | Рожки отварные   | 150   | 5,4  | 4,9  | 27,9  | 178  | 6   | 8   | 35  | 0,80  | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
| 338     | Фрукты свежие  | 140   | 0,5  | 0,5  | 13,7  | 62   | 23  | 13  | 15  | 3,10  | 0,00 | 14,00 | 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 | 25/54 | 6,1  | 1,4  | 41,7  | 204  | 40  | 0   | 0   | 2,10  | 0,26 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:   |       | 28,0 | 19,0 | 125,4 | 786  | 338 | 196 | 568 | 7,48  | 0,64 | 49,80 | 3,90 |
|         | Полдник  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Изделие сдобное "Ярмарочное с варѐной сгущѐнкой"                       | 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   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
|         | Итого:   |       | 55,8 | 48,6 | 255,5 | 1683 | 842 | 269 | 958 | 10,64 | 0,95 | 52,82 | 3,92 |
|         | Пятница  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Завтрак  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 14      | Масло шоколадное   | 15    | 0,2  | 9,3  | 3,3   | 98   | 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 |
| 312     | Пюре картофельное  | 180   | 3,8  | 6,3  | 14,5  | 130  | 46  | 33  | 99  | 1,20  | 0,00 | 0,40  | 0,10 |
| 377     | Чай с лимоном  | 200/7 | 0,3  | 0,1  | 5,2   | 23   | 8   | 5   | 10  | 0,88  | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 28    | 2,2  | 0,6  | 16,0  | 78   | 11  | 0   | 0   | 0,56  | 0,09 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:   |       | 21,1 | 24,2 | 44,2  | 485  | 73  | 58  | 200 | 3,5   | 0,2  | 3,8   | 0,1  |
|         | Обед   |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 157     | Солянка домашняя со сметаной, зеленью                                  | 210   | 6,4  | 5,9  | 5,8   | 99   | 21  | 27  | 59  | 0,90  | 0,13 | 4,20  | 0,50 |
| 285     | Макаронник с мясом   | 150   | 15,9 | 13,1 | 29,5  | 300  | 17  | 17  | 98  | 1,50  | 0,10 | 0,30  | 0,01 |
| 306     | Кукуруза консервированная (доп.гарнир)                                 | 25    | 2,6  | 1,3  | 15,0  | 81   | 9   | 26  | 75  | 0,90  | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
| 338     | Фрукты свежие  | 140   | 0,5  | 0,5  | 13,7  | 62   | 23  | 13  | 15  | 3,10  | 0,00 | 14,00 | 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 | 25/26 | 3,9  | 0,8  | 25,7  | 126  | 28  | 0   | 0   | 1,50  | 0,17 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:   |       | 30,4 | 21,6 | 102,9 | 754  | 131 | 104 | 276 | 8,60  | 0,50 | 19,40 | 0,51 |
|         | Полдник  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Плюшка домашняя  | 100   | 8,0  | 7,0  | 64,0  | 357  | 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 |
|         | Всего:   |       | 8,2  | 7,1  | 76,0  | 406  | 11  | 8   | 9   | 0,20  | 0,00 | 4,50  | 0,00 |
|         | Итого:   |       | 59,8 | 52,9 | 223,1 | 1645 | 216 | 170 | 485 | 12,34 | 0,69 | 27,70 | 0,61 |
|         | Четвертая неделя   |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Понедельник  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Завтрак  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |

|          |  |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |              |
|----------|--|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| 204      | Макароны с сыром   | 180    | 10,2        | 13,5        | 29,0         | 278         | 121        | 19         | 131        | 0,80         | 0,06        | 0,00         | 0,00         |
|          | Творог для детского питания  | 100    | 7,6         | 4,2         | 11,1         | 113         | 85         | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00         |
| 245/1    | Кофейный напиток быстрорастворимый                                     | 200    | 2,6         | 1,8         | 16,6         | 93          | 84         | 10         | 63         | 0,10         | 0,03        | 0,90         | 14,00        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 25     | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 70          | 10         | 0          | 0          | 0,50         | 0,08        | 0,00         | 0,00         |
|          | <b>Всего:</b>  |        | <b>22,4</b> | <b>20,0</b> | <b>71,0</b>  | <b>554</b>  | <b>300</b> | <b>29</b>  | <b>194</b> | <b>1,40</b>  | <b>0,17</b> | <b>0,90</b>  | <b>14,00</b> |
|          | <b>Обед</b>  |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |              |
| ТТК 370  | 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      | Каша 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 | 25/47  | 5,6         | 1,2         | 37,7         | 185         | 37         | 0          | 0          | 1,90         | 0,24        | 0,00         | 0,00         |
|          | <b>Всего:</b>  |        | <b>28,7</b> | <b>24,0</b> | <b>112,3</b> | <b>780</b>  | <b>179</b> | <b>170</b> | <b>310</b> | <b>9,50</b>  | <b>0,84</b> | <b>14,00</b> | <b>0,03</b>  |
|          | <b>Полдник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |              |
|          | 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         |
|          | <b>Всего:</b>  |        | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b>  | <b>351</b>  | <b>5</b>   | <b>4</b>   | <b>8</b>   | <b>0,90</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,10</b>  | <b>0,00</b>  |
|          | <b>Итого:</b>  |        | <b>55,8</b> | <b>55,6</b> | <b>240,8</b> | <b>1685</b> | <b>484</b> | <b>203</b> | <b>512</b> | <b>11,80</b> | <b>1,01</b> | <b>15,00</b> | <b>14,03</b> |
|          | <b>Вторник</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         |
| 291      | Плов из филе индейки   | 150    | 8,0         | 12,8        | 34,0         | 283         | 17         | 27         | 76         | 1,20         | 0,22        | 3,00         | 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         | 5,2          | 23          | 8          | 5          | 10         | 0,88         | 0,00        | 2,90         | 0,00         |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 41     | 3,3         | 0,8         | 23,5         | 115         | 16         | 0          | 0          | 0,82         | 0,13        | 0,00         | 0,00         |
|          | <b>Всего:</b>  |        | <b>13,2</b> | <b>16,8</b> | <b>77,6</b>  | <b>514</b>  | <b>41</b>  | <b>32</b>  | <b>86</b>  | <b>2,90</b>  | <b>0,35</b> | <b>5,90</b>  | <b>0,00</b>  |
|          | <b>Обед</b>  |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |              |
| 211/2022 | 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         |
| 338      | Фрукты свежие  | 120    | 1,0         | 0,2         | 9,0          | 42          | 42         | 14         | 21         | 0,12         | 0,07        | 45,60        | 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/54  | 6,1         | 1,4         | 41,7         | 204         | 40         | 0          | 0          | 2,06         | 0,26        | 0,00         | 0,00         |
|          | <b>Всего:</b>  |        | <b>28,0</b> | <b>23,3</b> | <b>106,5</b> | <b>748</b>  | <b>132</b> | <b>52</b>  | <b>155</b> | <b>5,78</b>  | <b>0,93</b> | <b>60,70</b> | <b>0,03</b>  |
|          | <b>Полдник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |              |
|          | 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         |
|          | <b>Всего:</b>  |        | <b>9,1</b>  | <b>9,0</b>  | <b>86,2</b>  | <b>486</b>  | <b>33</b>  | <b>21</b>  | <b>29</b>  | <b>0,70</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,90</b>  | <b>0,00</b>  |
|          | <b>Итого:</b>  |        | <b>50,3</b> | <b>49,1</b> | <b>270,3</b> | <b>1748</b> | <b>206</b> | <b>105</b> | <b>270</b> | <b>9,38</b>  | <b>1,28</b> | <b>67,50</b> | <b>0,03</b>  |
|          | <b>Среда</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |              |
|          | <b>Завтрак</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |              |
| 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 сгущённым молоком                              | 150/20 | 31,7        | 12,6        | 32,2         | 369         | 278        | 39         | 349        | 0,90         | 0,09        | 0,46         | 0,08         |
| 338      | Фрукты свежие  | 140    | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 62          | 23         | 13         | 15         | 3,10         | 0,00        | 14,00        | 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                                   | 29     | 2,3         | 0,6         | 16,6         | 81          | 12         | 0          | 0          | 0,58         | 0,09        | 0,00         | 0,00         |
|          | <b>Всего:</b>  |        | <b>34,8</b> | <b>21,1</b> | <b>67,6</b>  | <b>599</b>  | <b>320</b> | <b>56</b>  | <b>375</b> | <b>5,48</b>  | <b>0,18</b> | <b>14,56</b> | <b>0,08</b>  |
|          | <b>Обед</b>  |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |              |
| 278/2022 | Суп куриный с зеленью  | 200    | 1,8         | 2,4         | 9,4          | 77          | 13         | 21         | 56         | 0,72         | 0,32        | 0,08         | 0,01         |
| 234      | Котлета рыбная   | 100    | 15,3        | 12,5        | 18,4         | 246         | 62         | 43         | 176        | 1,30         | 0,20        | 0,40         | 4,40         |
| 312      | Пюре картофельное  | 150    | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 108         | 38         | 28         | 82         | 1,00         | 0,10        | 5,10         | 0,10         |
| 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         |
|          | Печенье  | 20     | 1,5         | 2,8         | 13,6         | 86          | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 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         |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/20  | 3,4         | 0,7         | 22,2         | 109         | 26         | 0          | 0          | 1,38         | 0,15        | 0,00         | 0,00         |



|         |  |       |        |        |        |       |      |      |      |        |       |       |       |
|---------|--|-------|--------|--------|--------|-------|------|------|------|--------|-------|-------|-------|
|         | <b>Всего:</b>  |       | 26,2   | 26,7   | 99,5   | 754   | 174  | 104  | 337  | 4,80   | 0,79  | 36,58 | 4,51  |
|         | <b>Полдник</b>   |       |        |        |        |       |      |      |      |        |       |       |       |
|         | Плюшка домашняя  | 100   | 8,0    | 7,0    | 64,0   | 357   | 0    | 0    | 0    | 0,0    | 0,0   | 0,0   | 0,0   |
| ТТК 206 | Компот из ягод   | 200   | 0,2    | 0,1    | 12,0   | 49    | 11   | 8    | 9    | 0,20   | 0,00  | 4,50  | 0,00  |
|         | <b>Всего:</b>  |       | 8,2    | 7,1    | 76,0   | 406   | 11   | 8    | 9    | 0,20   | 0,00  | 4,50  | 0,00  |
|         | <b>Итого:</b>  |       | 69,3   | 54,9   | 243,1  | 1759  | 505  | 168  | 721  | 10,48  | 0,98  | 55,64 | 4,59  |
|         | <b>Четверг</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  |
| ТТК 147 | Каша молочная рисовая с маслом   | 150/5 | 4,0    | 6,1    | 22,8   | 163   | 113  | 23   | 113  | 0,30   | 0,04  | 1,20  | 0,20  |
|         | Йогурт   | 100   | 2,8    | 2,8    | 11,5   | 82    | 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 микронутриентами                                   | 45    | 3,6    | 0,9    | 25,7   | 126   | 18   | 0    | 0    | 0,90   | 0,14  | 0,00  | 0,00  |
|         | <b>Всего:</b>  |       | 10,8   | 19,2   | 68,3   | 490   | 136  | 27   | 121  | 2,10   | 0,18  | 1,30  | 0,20  |
|         | <b>Обед</b>  |       |        |        |        |       |      |      |      |        |       |       |       |
| ТТК 83  | Суп Минестроне   | 200   | 2,4    | 4,2    | 10,8   | 90    | 114  | 126  | 342  | 0,58   | 0,27  | 28,00 | 0,30  |
| ТТК 242 | 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   | 150   | 5,4    | 4,9    | 27,9   | 178   | 6    | 8    | 35   | 0,80   | 0,10  | 0,00  | 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  |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/25 | 3,8    | 0,8    | 25,1   | 123   | 28   | 0    | 0    | 1,48   | 0,17  | 0,00  | 0,00  |
|         | <b>Всего:</b>  |       | 37,5   | 32,9   | 102,0  | 852   | 170  | 227  | 558  | 5,87   | 0,65  | 29,76 | 0,38  |
|         | <b>Полдник</b>   |       |        |        |        |       |      |      |      |        |       |       |       |
|         | 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  |
|         | <b>Всего:</b>  |       | 7,5    | 5,3    | 55,1   | 297   | 5    | 4    | 8    | 0,90   | 0,00  | 0,10  | 0,00  |
|         | <b>Итого:</b>  |       | 55,8   | 57,4   | 225,4  | 1639  | 311  | 258  | 687  | 8,87   | 0,83  | 31,16 | 0,58  |
|         | <b>Пятница</b>   |       |        |        |        |       |      |      |      |        |       |       |       |
|         | <b>Завтрак</b>   |       |        |        |        |       |      |      |      |        |       |       |       |
| 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  |
|         | Фруктовое пюре   | 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    | 5,2    | 23    | 8    | 5    | 10   | 0,88   | 0,00  | 2,90  | 0,00  |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 22    | 1,8    | 0,4    | 12,6   | 62    | 9    | 0    | 0    | 0,44   | 0,07  | 0,00  | 0,00  |
|         | <b>Всего:</b>  |       | 20,9   | 19,0   | 58,0   | 489   | 72   | 67   | 181  | 3,7    | 0,3   | 3,6   | 0,1   |
|         | <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  |
| 285     | Макаронник с мясом   | 150   | 15,9   | 13,1   | 29,5   | 300   | 17   | 17   | 98   | 1,50   | 0,10  | 0,30  | 0,01  |
| 306     | Кукуруза консервированная (доп.гарнир)                                 | 30    | 3,1    | 1,5    | 18,0   | 98    | 10   | 31   | 90   | 1,11   | 0,11  | 0,00  | 0,00  |
| 338     | Фрукты свежие  | 120   | 1,0    | 0,2    | 9,0    | 42    | 42   | 14   | 21   | 0,12   | 0,07  | 45,60 | 0,00  |
|         | Вафли  | 20    | 1,4    | 5,8    | 29,0   | 104   | 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 | 25/31 | 4,3    | 0,9    | 28,5   | 140   | 30   | 0    | 0    | 1,60   | 0,19  | 0,00  | 0,00  |
|         | <b>Всего:</b>  |       | 30,6   | 26,0   | 141,7  | 855   | 134  | 96   | 288  | 6,1    | 0,8   | 55,2  | 0,0   |
|         | <b>Полдник</b>   |       |        |        |        |       |      |      |      |        |       |       |       |
|         | 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  |
|         | <b>Всего:</b>  |       | 6,7    | 6,6    | 91,0   | 291   | 5    | 4    | 8    | 0,90   | 0,00  | 0,10  | 0,00  |
|         | <b>Итого:</b>  |       | 58,2   | 51,6   | 290,7  | 1635  | 210  | 167  | 477  | 10,75  | 1,04  | 58,90 | 0,12  |
|         | Итого по меню:   |       | 1080,0 | 1111,3 | 5029,5 | 33819 | 7091 | 3175 | 9899 | 217,76 | 19,64 | 866,5 | 49,19 |
|         | среднее за день  |       | 54,0   | 55,6   | 251,5  | 1691  | 355  | 159  | 495  | 10,89  | 0,98  | 43,32 | 2,46  |

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