



«СОГЛАСОВАНО»  
Директор МБОУ «Школа № 60»  
Я. А. С. Соколовой



Директор  
МБУ «Дирекция по организации питания»  
Пороховой Е. В.  
« 24 » декабря 2025г.

4-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся учащихся средних и старших  
классов  
МБОУ «Школа № 60» на январь 2026 года.

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»



	<b>Завтрак</b>												
14	Масло шоколадное	<b>10</b>	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
260	Гуляш из говядины	<b>100</b>	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0
304	Рис отварной	<b>180</b>	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	<b>200/7</b>	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>20</b>	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>14,6</b>	<b>22,8</b>	<b>55,3</b>	<b>485</b>	<b>34</b>	<b>43</b>	<b>106</b>	<b>2,9</b>	<b>0,1</b>	<b>3,5</b>	<b>0,0</b>
	<b>Обед</b>												
TTK 370	Суп сырный с гренками, зеленью	<b>250/15</b>	4,3	5,8	23,7	164	124	19	100	1,2	0,4	11,8	0,0
TTK 274	Ёжики Аппетитные	<b>100/50</b>	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0
312	Пюре картофельное	<b>180</b>	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
388	Напиток из шиповника	<b>200</b>	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	<b>25/27</b>	4,0	0,8	26,2	129	29	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>24,1</b>	<b>25,0</b>	<b>96,9</b>	<b>709</b>	<b>226</b>	<b>70</b>	<b>279</b>	<b>5,3</b>	<b>0,7</b>	<b>33,1</b>	<b>0,1</b>
	<b>Полдник</b>												
TTK376	Пирожок печёный сдобный с мясом рисом	<b>100</b>	12,1	13,3	27,1	277	29	21	124	1,2	0,2	0,1	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>12,3</b>	<b>13,4</b>	<b>32,1</b>	<b>298</b>	<b>34</b>	<b>25</b>	<b>132</b>	<b>2,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>51,0</b>	<b>61,2</b>	<b>184,3</b>	<b>1492</b>	<b>294</b>	<b>138</b>	<b>517</b>	<b>10,3</b>	<b>1,0</b>	<b>36,8</b>	<b>0,2</b>
	<b>Четверг</b>												
	<b>Завтрак</b>												
271	Биточки домашние	<b>100</b>	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	<b>180</b>	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
	Вафли	<b>20</b>	1,4	5,8	29,0	104	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
245/1	Кофейный напиток быстрорастворимый	<b>200</b>	2,6	1,8	16,6	93	84	10	63	0,1	0,0	0,9	14,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>48</b>	3,8	1,0	27,5	134	19	0	0	1,0	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>31,8</b>	<b>28,7</b>	<b>127,3</b>	<b>825</b>	<b>131</b>	<b>181</b>	<b>358</b>	<b>7,5</b>	<b>0,7</b>	<b>0,9</b>	<b>14,0</b>
	<b>Обед</b>												
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	<b>260</b>	7,7	7,0	7,2	120	24	33	102	1,2	0,1	5,3	0,5
431/2004	Печень по-строгановски	<b>100</b>	12,0	9,7	7,6	166	19	14	210	4,4	0,2	7,3	0,0
309	Вермишель отварная	<b>150</b>	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
	Кекс для детского питания	<b>28</b>	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	<b>20</b>	1,4	0,2	8,6	42	14	0	0	0,8	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>28,4</b>	<b>28,1</b>	<b>72,0</b>	<b>651</b>	<b>68</b>	<b>59</b>	<b>355</b>	<b>8,1</b>	<b>0,5</b>	<b>12,7</b>	<b>0,6</b>
	<b>Полдник</b>												
TTK 27	Хачапури	<b>100</b>	12,8	15,0	27,8	298	289	25	204	0,7	0,1	0,1	0,0
342	Компот из яблок	<b>200</b>	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>13,0</b>	<b>15,2</b>	<b>41,7</b>	<b>356</b>	<b>296</b>	<b>29</b>	<b>208</b>	<b>1,6</b>	<b>0,1</b>	<b>4,2</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>73,2</b>	<b>72,0</b>	<b>241,0</b>	<b>1832</b>	<b>496</b>	<b>269</b>	<b>921</b>	<b>17,1</b>	<b>1,3</b>	<b>17,8</b>	<b>14,6</b>
	<b>Пятница</b>												
	<b>Завтрак</b>												
TTK 552	Индейка с булгуром	<b>200</b>	12,2	14,2	41,2	342	6	5	4	0,6	0,0	0,0	0,1
338	Фрукты свежие	<b>140</b>	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
TTK 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	<b>200</b>	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>26</b>	1,8	0,7	13,0	62	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>14,5</b>	<b>15,4</b>	<b>95,9</b>	<b>578</b>	<b>32</b>	<b>18</b>	<b>25</b>	<b>3,7</b>	<b>0,0</b>	<b>21,6</b>	<b>0,1</b>

	<b>Обед</b>												
278/2022	Суп куриный с зеленью	<b>250</b>	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0
TTK 65	Митболлы в томатном соусе	<b>100/50</b>	19,8	18,2	11,5	286	18	19	12	1,5	0,2	0,6	0,0
312	Пюре картофельное	<b>150</b>	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1	0,1
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	<b>31</b>	2,2	0,4	13,4	66	22	0	0	1,2	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>27,6</b>	<b>26,9</b>	<b>53,7</b>	<b>577</b>	<b>99</b>	<b>77</b>	<b>172</b>	<b>5,5</b>	<b>0,8</b>	<b>5,9</b>	<b>0,2</b>
	<b>Полдник</b>												
TTK376	Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	<b>100</b>	5,6	7,2	27,9	199	29	16	64	0,8	0,1	1,3	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и	<b>200</b>	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>7,6</b>	<b>13,6</b>	<b>46,9</b>	<b>339</b>	<b>29</b>	<b>16</b>	<b>64</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>1,3</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>49,7</b>	<b>55,9</b>	<b>196,5</b>	<b>1494</b>	<b>160</b>	<b>111</b>	<b>261</b>	<b>10,0</b>	<b>0,9</b>	<b>28,8</b>	<b>0,3</b>
	<b>Суббота</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло шоколадное	<b>10</b>	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
TTK 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	<b>100</b>	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,9	0,0	0,2	3,6
302	Каша гречневая рассыпчатая	<b>180</b>	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
	Печенье	<b>20</b>	1,5	2,8	13,6	86	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>28</b>	2,2	0,6	16,0	78	11	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>27,8</b>	<b>26,5</b>	<b>84,2</b>	<b>686</b>	<b>186</b>	<b>214</b>	<b>420</b>	<b>7,8</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>3,6</b>
	<b>Обед</b>												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	<b>250</b>	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0
278	Тефтели мясные в соусе томатном	<b>100/50</b>	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,1	0,2	0,3	0,0
309	Рожки отварные	<b>180</b>	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	<b>140</b>	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
388	Напиток из шиповника	<b>200</b>	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	<b>25/26</b>	3,9	0,8	25,7	126	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>30,9</b>	<b>29,2</b>	<b>122,8</b>	<b>879</b>	<b>130</b>	<b>70</b>	<b>219</b>	<b>8,2</b>	<b>0,8</b>	<b>40,3</b>	<b>0,1</b>
	<b>Полдник</b>												
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой"	<b>100</b>	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>	<b>297</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>66,2</b>	<b>61,0</b>	<b>262,1</b>	<b>1862</b>	<b>322</b>	<b>288</b>	<b>647</b>	<b>16,9</b>	<b>1,2</b>	<b>40,7</b>	<b>3,7</b>
	<b>Вторая неделя</b>												
	<b>Понедельник</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло сливочное	<b>10</b>	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
TTK 57	Пудинг "Лакомка" с вареньем	<b>150/30</b>	14,1	12,6	56,4	379	12	5	23	0,4	0,0	0,2	0,0
377	Чай с лимоном	<b>200/7</b>	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>41</b>	3,3	0,8	23,5	115	16	0	0	0,8	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>17,8</b>	<b>20,8</b>	<b>85,2</b>	<b>583</b>	<b>38</b>	<b>10</b>	<b>36</b>	<b>2,1</b>	<b>0,2</b>	<b>3,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Обед</b>												
99	Суп из овощей с зеленью	<b>250</b>	1,7	5,0	9,5	90	22	19	52	0,8	0,2	13,0	0,0
260	Гуляш из говядины	<b>100</b>	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	<b>150</b>	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	0,0	0,0
348	Компот из кураги	<b>200</b>	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	<b>36</b>	2,6	0,4	15,6	76	26	0	0	1,4	0,1	0,0	0,0



14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		16,7	24,1	56,0	508	37	28	73	3,2	0,1	0,7	0,0
	<b>Обед</b>												
111/2004	Борщ "Сибирский" с зеленью	250	1,3	4,9	10,0	92	33	19	43	1,0	0,2	9,2	0,0
TTK 65	Митболлы в томатном соусе	100/50	19,8	18,2	11,5	286	18	19	12	1,5	0,2	0,6	0,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0
TTK206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	31	2,2	0,4	13,4	66	22	0	0	1,2	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		27,9	31,1	80,6	713	86	69	137	4,5	0,5	14,3	0,1
	<b>Полдник</b>												
TTK 27	Хачапури	100	12,8	15,0	27,8	298	289	25	204	0,7	0,1	0,1	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	<i>Всего:</i>		13,0	15,2	41,7	356	296	29	208	1,6	0,1	4,2	0,0
	<i>Итого:</i>		57,6	70,4	178,3	1577	419	126	418	9,3	0,8	19,2	0,1
	<b>Пятница</b>												
	<b>Завтрак</b>												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	45	3,6	0,9	25,7	126	18	0	0	0,9	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		24,6	18,5	88,0	619	64	36	118	6,8	0,5	14,1	0,0
	<b>Обед</b>												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0
TTK 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,1	0,1	1,7	0,1
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	33	2,4	0,4	14,3	70	24	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		35,9	28,8	66,6	668	122	158	367	7,5	0,6	8,1	0,1
	<b>Полдник</b>												
TTK376	Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	100	5,6	7,2	27,9	199	29	16	64	0,8	0,1	1,3	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		7,6	13,6	46,9	339	29	16	64	0,8	0,1	1,3	0,0
	<i>Итого:</i>		68,1	60,9	201,5	1626	215	210	549	15,1	1,3	23,5	0,2
	<b>Суббота</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,1	99	3	0	5	0,0	0,0	0,0	0,0
295	Котлета рубленная из куриного филе	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	51	4,1	1,0	29,2	143	20	0	0	1,0	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		34,9	29,8	95,4	790	91	238	408	9,1	0,6	4,2	0,1
	<b>Обед</b>												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,8	0,2	19,0	0,0

285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,2	0,4	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
TTK 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	25/29	4,1	0,9	27,4	134	30	0	0	1,6	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		27,3	24,0	116,2	790	112	55	199	7,4	0,6	41,0	0,0
	<b>Полдник</b>												
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<i>Всего:</i>		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<i>Итого:</i>		69,7	59,1	266,7	1877	208	297	615	17,4	1,2	45,3	0,1
	<b>Третья неделя</b>												
	<b>Понедельник</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
210	Омлет натуральный	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,5	0,1	1,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	85	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		21,9	27,7	40,8	502	210	45	356	8,0	0,2	17,9	0,0
	<b>Обед</b>												
TTK 370	Суп сырный с гренками, зеленью	200/15	3,8	4,8	21,7	145	104	15	82	1,0	0,3	9,4	0,0
265	Плов из говядины	200	12,0	11,7	33,8	289	14	41	95	1,6	0,2	0,1	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		17,8	16,9	71,3	508	141	60	185	4,5	0,6	9,6	0,0
	<b>Полдник</b>												
TTK 27	Хачапури	100	12,8	15,0	27,8	298	289	25	204	0,7	0,1	0,1	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	<i>Всего:</i>		13,0	15,2	41,7	356	296	29	208	1,6	0,1	4,2	0,0
	<i>Итого:</i>		52,7	59,8	153,8	1366	647	134	749	14,1	0,9	31,7	0,0
	<b>Вторник</b>												
	<b>Завтрак</b>												
295	Котлета рубленная из куриного филе	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	46	3,7	0,9	26,3	129	18	0	0	0,9	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		31,1	16,2	95,3	653	96	98	216	7,6	0,4	15,4	0,1
	<b>Обед</b>												
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	12,4	12,7	18,7	239	23	45	93	2,3	0,3	8,2	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	47	3,4	0,6	20,3	100	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		18,3	16,4	55,7	456	78	75	171	5,9	0,9	8,4	0,0
	<b>Полдник</b>												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,2	0,1	1,8	0,0
421	Сдоба обыкновенная	100	7,7	6,0	45,4	266	13	11	57	0,8	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		13,3	11,0	67,4	422	255	41	245	1,0	0,2	1,8	0,0

	<b>Итого:</b>		<b>62,7</b>	<b>43,6</b>	<b>218,4</b>	<b>1530</b>	<b>429</b>	<b>214</b>	<b>632</b>	<b>14,6</b>	<b>1,5</b>	<b>25,6</b>	<b>0,1</b>
	<b>Среда</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло сливочное	<b>10</b>	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
TTK 552	Индейка с булгуром	<b>200</b>	12,2	14,2	41,2	342	6	5	4	0,6	0,0	0,0	0,1
	Кекс для детского питания	<b>28</b>	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	<b>200/7</b>	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>35</b>	7,6	1,7	51,2	251	50	0	0	2,6	0,3	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>21,9</b>	<b>29,5</b>	<b>113,4</b>	<b>806</b>	<b>66</b>	<b>10</b>	<b>17</b>	<b>4,1</b>	<b>0,3</b>	<b>2,9</b>	<b>0,1</b>
	<b>Обед</b>												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	<b>250</b>	1,7	4,9	9,9	91	34	21	50	1,1	0,2	10,4	0,0
234	Котлета рыбная	<b>100</b>	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4
312	Пюре картофельное	<b>180</b>	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
	Печенье	<b>20</b>	1,5	2,8	13,6	86	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	<b>200</b>	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	<b>25/21</b>	3,5	0,7	22,8	112	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>26,0</b>	<b>27,3</b>	<b>89,3</b>	<b>706</b>	<b>173</b>	<b>101</b>	<b>333</b>	<b>5,9</b>	<b>0,6</b>	<b>11,3</b>	<b>4,5</b>
	<b>Полдник</b>												
TTK376	Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	<b>100</b>	5,6	7,2	27,9	199	29	16	64	0,8	0,1	1,3	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и	<b>200</b>	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>7,6</b>	<b>13,6</b>	<b>46,9</b>	<b>339</b>	<b>29</b>	<b>16</b>	<b>64</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>1,3</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>55,5</b>	<b>70,4</b>	<b>249,6</b>	<b>1851</b>	<b>268</b>	<b>127</b>	<b>414</b>	<b>10,8</b>	<b>1,0</b>	<b>15,5</b>	<b>4,6</b>
	<b>Четверг</b>												
	<b>Завтрак</b>												
278	Тефтели мясные в соусе томатном	<b>100/50</b>	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,1	0,2	0,3	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	<b>180</b>	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
382	Какао с молоком	<b>200</b>	3,6	3,0	20,8	124	124	27	109	0,8	0,0	1,3	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>55</b>	4,4	1,1	31,5	154	22	0	0	1,1	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>32,0</b>	<b>29,5</b>	<b>111,4</b>	<b>838</b>	<b>195</b>	<b>201</b>	<b>423</b>	<b>7,4</b>	<b>0,6</b>	<b>1,6</b>	<b>0,1</b>
	<b>Обед</b>												
TTK 83	Суп Минестроне	<b>250</b>	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,7	0,3	35,0	0,4
TTK 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	<b>100</b>	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,9	0,0	0,2	3,6
309	Рожки отварные	<b>180</b>	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
TTK 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	<b>200</b>	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	<b>25/43</b>	5,2	1,2	35,4	173	35	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>28,3</b>	<b>20,1</b>	<b>113,7</b>	<b>750</b>	<b>341</b>	<b>215</b>	<b>645</b>	<b>4,3</b>	<b>0,7</b>	<b>42,8</b>	<b>4,0</b>
	<b>Полдник</b>												
TTK376	Пирожок печёный сдобный с мясом рисом	<b>100</b>	12,1	13,3	27,1	277	29	21	124	1,2	0,2	0,1	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>12,3</b>	<b>13,4</b>	<b>32,1</b>	<b>298</b>	<b>34</b>	<b>25</b>	<b>132</b>	<b>2,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>72,6</b>	<b>63,0</b>	<b>257,2</b>	<b>1886</b>	<b>570</b>	<b>441</b>	<b>1200</b>	<b>13,8</b>	<b>1,5</b>	<b>44,6</b>	<b>4,1</b>
	<b>Пятница</b>												
	<b>Завтрак</b>												
271	Биточки "Школьные"	<b>100</b>	16,5	17,1	9,3	257	32	16	107	1,2	0,2	0,2	0,0
312	Пюре картофельное	<b>180</b>	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
377	Чай с лимоном	<b>200/7</b>	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>56</b>	4,5	1,1	32,0	157	22	0	0	1,1	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>25,1</b>	<b>24,6</b>	<b>61,0</b>	<b>567</b>	<b>108</b>	<b>54</b>	<b>216</b>	<b>4,4</b>	<b>0,4</b>	<b>3,5</b>	<b>0,1</b>

	<b>Обед</b>												
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	<b>260</b>	6,4	5,9	5,8	99	21	27	59	0,9	0,1	4,2	0,5
285	Макаронник с мясом	<b>200</b>	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,2	0,4	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	<b>25/19</b>	3,3	0,7	21,7	106	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		<b>30,9</b>	<b>24,3</b>	<b>71,8</b>	<b>625</b>	<b>74</b>	<b>54</b>	<b>198</b>	<b>5,1</b>	<b>0,5</b>	<b>4,7</b>	<b>0,5</b>
	<b>Полдник</b>												
TTK357/1	Маковый рулетик посыпной	<b>75</b>	6,5	8,1	32,0	254	29	9	29	0,5	0,1	0,1	0,0
338	Фрукты свежие	<b>140</b>	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
TTK89	Компот из апельсинов	<b>200</b>	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	<i>Всего:</i>		<b>7,2</b>	<b>8,7</b>	<b>62,7</b>	<b>385</b>	<b>61</b>	<b>25</b>	<b>50</b>	<b>3,7</b>	<b>0,1</b>	<b>29,1</b>	<b>0,0</b>
	<i>Итого:</i>		<b>63,2</b>	<b>57,6</b>	<b>195,5</b>	<b>1577</b>	<b>243</b>	<b>133</b>	<b>464</b>	<b>13,1</b>	<b>1,0</b>	<b>37,3</b>	<b>0,6</b>
	<b>Суббота</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло шоколадное	<b>10</b>	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
295	Котлета рубленная из куриного филе	<b>100</b>	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1
304	Рис отварной	<b>180</b>	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	<b>200/7</b>	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>47</b>	3,8	0,9	26,9	132	19	0	0	0,9	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		<b>28,8</b>	<b>23,7</b>	<b>84,8</b>	<b>669</b>	<b>71</b>	<b>100</b>	<b>234</b>	<b>4,2</b>	<b>0,4</b>	<b>4,2</b>	<b>0,1</b>
	<b>Обед</b>												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью	<b>255</b>	1,8	5,6	12,0	106	37	22	54	1,1	0,2	10,3	0,0
TTK 274	Ёжики Аппетитные	<b>100/50</b>	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0
310	Картофель отварной	<b>180</b>	3,5	5,7	18,4	138	18	35	95	1,4	0,2	17,5	0,0
TTK 275	Капуста квашеная с растительным маслом, сахаром (доп.)	<b>70</b>	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
348	Компот из кураги	<b>200</b>	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	<b>25/30</b>	4,2	0,9	27,3	134	32	0	0	1,7	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		<b>23,0</b>	<b>27,6</b>	<b>92,3</b>	<b>737</b>	<b>167</b>	<b>103</b>	<b>274</b>	<b>6,1</b>	<b>0,7</b>	<b>48,3</b>	<b>0,0</b>
	<b>Полдник</b>												
	Изделие слобное "Ярмарочное с варёной стущёнкой"	<b>100</b>	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<i>Всего:</i>		<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>	<b>297</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>
	<i>Итого:</i>		<b>59,3</b>	<b>56,5</b>	<b>232,2</b>	<b>1703</b>	<b>242</b>	<b>207</b>	<b>516</b>	<b>11,2</b>	<b>1,1</b>	<b>52,6</b>	<b>0,1</b>
	<b>Четвертая неделя</b>												
	<b>Понедельник</b>												
	<b>Завтрак</b>												
204	Макароны с сыром	<b>180</b>	10,2	13,5	29,0	278	121	19	131	0,8	0,1	0,0	0,0
	Творог для детского питания	<b>100</b>	7,6	4,2	11,1	113	85	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	<b>14</b>	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,3	0,0	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		<b>19,1</b>	<b>18,1</b>	<b>53,1</b>	<b>451</b>	<b>217</b>	<b>23</b>	<b>139</b>	<b>2,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Обед</b>												
TTK 370	Суп сырный с гренками, зеленью	<b>200/15</b>	3,8	4,8	21,7	145	104	15	82	1,0	0,3	9,4	0,0
260	Гуляш из говядины	<b>100</b>	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	<b>150</b>	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	<b>24</b>	1,7	0,3	10,4	51	17	0	0	0,9	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		<b>24,8</b>	<b>23,0</b>	<b>76,1</b>	<b>609</b>	<b>157</b>	<b>170</b>	<b>314</b>	<b>8,5</b>	<b>0,7</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>





99	Суп из овощей, с зеленью	250	1,7	5,0	9,5	90	22	19	52	0,8	0,2	13,0	0,0
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,1	0,2	0,3	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
306	Горошек зелёный консервированный (доп. гарнир)	30	0,9	0,1	2,0	12	6	6	19	0,2	0,0	3,0	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с	25/41	5,1	1,1	34,3	168	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>31,9</b>	<b>31,8</b>	<b>118,7</b>	<b>888</b>	<b>118</b>	<b>203</b>	<b>389</b>	<b>9,2</b>	<b>0,8</b>	<b>20,4</b>	<b>0,1</b>
	<b>Полдник</b>												
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<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>68,5</b>	<b>69,0</b>	<b>249,5</b>	<b>1892</b>	<b>296</b>	<b>299</b>	<b>663</b>	<b>14,4</b>	<b>1,2</b>	<b>24,8</b>	<b>0,2</b>
	Итого по меню:		1435,3	1469,8	5250,6	40091	8588	4895	14472	310,2	25,9	789,2	42,3
	<b>среднее за день</b>		<b>59,8</b>	<b>61,2</b>	<b>218,8</b>	<b>1670</b>	<b>358</b>	<b>204</b>	<b>603</b>	<b>12,9</b>	<b>1,1</b>	<b>32,9</b>	<b>1,8</b>

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