



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

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

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

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

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

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

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

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

Автозаводского района №5, 6, 12, 15, 16, 16ф, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 111, 114, 119, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161, 169, 170, 171, 179, 190, 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 |             |              | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Микроэлементы (мг) |            |            |             | Витамины (мг)  |             |            |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------|-------------|--------------|--------------------------------------|--------------------|------------|------------|-------------|----------------|-------------|------------|
|                                           |                                                                        |                     | белки            | жиры        | углеводы     |                                      | Ca                 | Mg         | P          | Fe          | B <sub>1</sub> | C           | A          |
|                                           | <i>Первая неделя</i>                                                   |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
|                                           | <b>Понедельник</b>                                                     |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
|                                           | Завтрак                                                                |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
| 14                                        | Масло шоколадное                                                       | 10                  | 0,1              | 6,2         | 2,2          | 65                                   | 0                  | 0          | 0          | 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                                                          | 110                 | 0,4              | 0,4         | 10,8         | 49                                   | 18                 | 10         | 12         | 2,4         | 0,0            | 11,0        | 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                                   | 48                  | 3,8              | 1,0         | 27,5         | 134                                  | 19                 | 0          | 0          | 1,0         | 0,2            | 0,0         | 0,0        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>23,1</b>      | <b>26,9</b> | <b>50,1</b>  | <b>535</b>                           | <b>207</b>         | <b>41</b>  | <b>348</b> | <b>7,7</b>  | <b>0,2</b>     | <b>12,1</b> | <b>0,0</b> |
|                                           | Обед                                                                   |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
| 102                                       | Суп картофельный с горохом, зеленью                                    | 250                 | 5,5              | 5,3         | 15,3         | 131                                  | 30                 | 32         | 87         | 2,0         | 0,4            | 6,0         | 0,0        |
| 265                                       | Плов из говядины                                                       | 200                 | 11,6             | 11,7        | 37,1         | 300                                  | 9                  | 41         | 176        | 1,5         | 0,1            | 0,7         | 0,0        |
| 388                                       | Напиток из шиповника                                                   | 200                 | 0,7              | 0,3         | 24,6         | 104                                  | 10                 | 3          | 3          | 0,7         | 0,0            | 20,0        | 0,0        |
|                                           | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/31               | 4,3              | 0,9         | 28,5         | 140                                  | 30                 | 0          | 0          | 1,6         | 0,2            | 0,0         | 0,0        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>22,1</b>      | <b>18,2</b> | <b>105,5</b> | <b>675</b>                           | <b>79</b>          | <b>76</b>  | <b>266</b> | <b>5,8</b>  | <b>0,7</b>     | <b>26,7</b> | <b>0,0</b> |
|                                           | Полдник                                                                |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
| ТТК 376                                   | Пирожок печёный слобный с творогом                                     | 100                 | 12,0             | 9,3         | 27,9         | 243                                  | 91                 | 19         | 128        | 0,7         | 0,1            | 0,1         | 0,0        |
| 338                                       | Фрукты свежие                                                          | 110                 | 0,4              | 0,4         | 10,8         | 49                                   | 18                 | 10         | 12         | 2,4         | 0,0            | 11,0        | 0,0        |
| 377                                       | Чай с лимоном                                                          | 200/7               | 0,3              | 0,1         | 10,3         | 43                                   | 8                  | 5          | 10         | 0,9         | 0,0            | 2,9         | 0,0        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>12,7</b>      | <b>9,8</b>  | <b>49,0</b>  | <b>335</b>                           | <b>117</b>         | <b>34</b>  | <b>150</b> | <b>4,0</b>  | <b>0,1</b>     | <b>14,0</b> | <b>0,0</b> |
|                                           | <b>Итого:</b>                                                          |                     | <b>57,9</b>      | <b>54,9</b> | <b>204,6</b> | <b>1545</b>                          | <b>404</b>         | <b>151</b> | <b>764</b> | <b>17,5</b> | <b>1,0</b>     | <b>52,8</b> | <b>0,0</b> |
|                                           | <b>Вторник</b>                                                         |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
|                                           | Завтрак                                                                |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
| 14                                        | Масло сливочное                                                        | 15                  | 0,1              | 10,9        | 0,2          | 99                                   | 4                  | 0          | 5          | 0,0         | 0,0            | 0,0         | 0,1        |
| 259                                       | Жаркое по-домашнему                                                    | 200                 | 10,1             | 12,0        | 19,3         | 226                                  | 16                 | 40         | 165        | 2,0         | 0,2            | 8,2         | 0,0        |
| 377                                       | Чай с лимоном                                                          | 200/7               | 0,3              | 0,1         | 10,3         | 43                                   | 8                  | 5          | 10         | 0,9         | 0,0            | 2,9         | 0,0        |
|                                           | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 35                  | 2,8              | 0,7         | 20,0         | 98                                   | 14                 | 0          | 0          | 0,7         | 0,1            | 0,0         | 0,0        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>13,3</b>      | <b>23,7</b> | <b>49,8</b>  | <b>466</b>                           | <b>42</b>          | <b>45</b>  | <b>180</b> | <b>3,6</b>  | <b>0,3</b>     | <b>11,1</b> | <b>0,1</b> |
|                                           | Обед                                                                   |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
| 157                                       | Солянка домашняя со сметаной, зеленью                                  | 255                 | 6,8              | 6,2         | 7,0          | 112                                  | 20                 | 32         | 99         | 1,2         | 0,1            | 5,3         | 0,0        |
| 295                                       | Котлета куриная                                                        | 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        |
| ТТК 206                                   | Компот из ягод                                                         | 200                 | 0,2              | 0,1         | 12,0         | 49                                   | 11                 | 8          | 9          | 0,2         | 0,0            | 4,5         | 0,0        |
|                                           | Хлеб полезный с микронутриентами                                       | 23                  | 1,8              | 0,3         | 10,8         | 53                                   | 18                 | 0          | 0          | 1,0         | 0,1            | 0,0         | 0,0        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | <b>35,5</b>      | <b>21,3</b> | <b>80,1</b>  | <b>655</b>                           | <b>99</b>          | <b>121</b> | <b>301</b> | <b>5,1</b>  | <b>0,5</b>     | <b>11,1</b> | <b>0,1</b> |
|                                           | Полдник                                                                |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
| ТТК 376                                   | Пирожок печёный слобный с курицей капустой                             | 100                 | 11,7             | 7,5         | 24,8         | 213                                  | 37                 | 33         | 76         | 1,0         | 0,1            | 1,2         | 0,0        |
| 338                                       | Фрукты свежие                                                          | 110                 | 0,4              | 0,4         | 10,8         | 49                                   | 18                 | 10         | 12         | 2,4         | 0,0            | 11,0        | 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>12,3</b>      | <b>8,0</b>  | <b>40,6</b>  | <b>283</b>                           | <b>60</b>          | <b>47</b>  | <b>96</b>  | <b>4,3</b>  | <b>0,1</b>     | <b>12,3</b> | <b>0,0</b> |
|                                           | <b>Итого:</b>                                                          |                     | <b>61,1</b>      | <b>53,0</b> | <b>170,5</b> | <b>1404</b>                          | <b>201</b>         | <b>213</b> | <b>577</b> | <b>13,0</b> | <b>0,8</b>     | <b>34,5</b> | <b>0,2</b> |
|                                           | <b>Среда</b>                                                           |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
|                                           | Завтрак                                                                |                     |                  |             |              |                                      |                    |            |            |             |                |             |            |
| 14                                        | Масло шоколадное                                                       | 10                  | 0,1              | 6,2         | 2,2          | 65                                   | 0                  | 0          | 0          | 0,0         | 0,0            | 0,0         | 0,0        |
| 260                                       | Гуляш из говядины                                                      | 100                 | 8,2              | 8,6         | 2,8          | 121                                  | 16                 | 15         | 23         | 1,0         | 0,0            | 0,6         | 0,0        |
| 304                                       | Рис отварной                                                           | 180                 | 4,4              | 7,5         | 33,7         | 220                                  | 2                  | 23         | 73         | 0,62        | 0,03           | 0,00        | 0,04       |
| 377                                       | Чай с лимоном                                                          | 200/7               | 0,3              | 0,1         | 10,3         | 43                                   | 8                  | 5          | 10         | 0,9         | 0,0            | 2,9         | 0,0        |
|                                           | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 20                  | 1,6              | 0,4         | 11,4         | 56                                   | 8                  | 0          | 0          | 0,4         | 0,1            | 0,0         | 0,0        |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          | <b>517</b>          | <b>14,6</b>      | <b>22,8</b> | <b>60,4</b>  | <b>505</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> |

|           |                                                                             |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|-----|------|-----|
|           | Обед                                                                        |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
| ТТК 370   | Суп сырный с гренками                                                       | 250/15 | 4,3  | 5,8  | 23,7  | 164  | 124 | 19  | 100 | 1,2  | 0,4 | 11,8 | 0,0 |
| ТТК 274   | Ёжики Аппетитные                                                            | 100/50 | 11,3 | 11,8 | 12,9  | 202  | 17  | 15  | 77  | 0,8  | 0,1 | 1,0  | 0,0 |
| 312       | Пюре картофельное                                                           | 180    | 3,8  | 6,3  | 14,5  | 130  | 46  | 33  | 99  | 1,2  | 0,0 | 0,4  | 0,1 |
| 348       | Компот из кураги                                                            | 200    | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33  | 21  | 29  | 0,7  | 0,0 | 0,9  | 0,0 |
|           | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами      | 25/15  | 3,0  | 0,6  | 19,4  | 95   | 24  | 0   | 0   | 1,3  | 0,1 | 0,0  | 0,0 |
|           | <b>Всего:</b>                                                               |        | 23,5 | 24,5 | 83,7  | 677  | 244 | 88  | 305 | 5,2  | 0,7 | 14,0 | 0,1 |
|           | Полдник                                                                     |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
| ТТК 357/1 | Маковый рулетик посыпной                                                    | 95     | 8,2  | 10,3 | 40,2  | 286  | 36  | 11  | 60  | 0,7  | 0,1 | 0,1  | 0,0 |
| 338       | Фрукты свежие                                                               | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0 | 11,0 | 0,0 |
| ТТК 89    | Компот из апельсинов                                                        | 200    | 0,2  | 0,1  | 17,0  | 69   | 9   | 3   | 6   | 0,1  | 0,0 | 15,0 | 0,0 |
|           | <b>Всего:</b>                                                               |        | 8,8  | 10,8 | 68,0  | 404  | 63  | 24  | 78  | 3,2  | 0,1 | 26,1 | 0,0 |
|           | <b>Итого:</b>                                                               |        | 46,9 | 58,1 | 212,1 | 1586 | 341 | 155 | 489 | 11,2 | 0,8 | 43,6 | 0,2 |
|           | <b>Четверг</b>                                                              |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
|           | Завтрак                                                                     |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
| 271       | Биточки домашние                                                            | 100    | 13,8 | 11,3 | 10,1  | 198  | 10  | 10  | 53  | 1,0  | 0,3 | 0,0  | 0,0 |
| 302       | Каша гречневая рассыпчатая                                                  | 180    | 10,2 | 8,8  | 44,1  | 296  | 18  | 161 | 242 | 5,4  | 0,3 | 0,0  | 0,0 |
| 71        | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                                | 25     | 0,3  | 0,1  | 1,0   | 5    | 4   | 5   | 6   | 0,2  | 0,0 | 6,0  | 0,0 |
|           | Печенье                                                                     | 20     | 1,5  | 2,8  | 13,6  | 86   | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0 | 0,0  | 0,0 |
| ТТК 243   | Кисель плодово-ягодный витаминизированный (горячий напиток)                 | 200    | 0,0  | 0,0  | 28,0  | 112  | 3   | 0   | 6   | 0,0  | 0,0 | 7,6  | 0,0 |
|           | Батон, витаминный с микронутриентами                                        | 25     | 2,0  | 0,5  | 14,3  | 70   | 10  | 0   | 0   | 0,5  | 0,1 | 0,0  | 0,0 |
|           | <b>Всего:</b>                                                               |        | 27,8 | 23,5 | 111,1 | 767  | 45  | 176 | 307 | 7,1  | 0,7 | 13,6 | 0,0 |
|           | Обед                                                                        |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
| 82        | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью                   | 255    | 1,8  | 5,6  | 12,0  | 106  | 37  | 22  | 54  | 1,1  | 0,2 | 10,3 | 0,0 |
| 431/2004  | Печень по-строгановски                                                      | 100    | 13,7 | 10,5 | 7,5   | 179  | 18  | 16  | 233 | 4,9  | 0,2 | 8,2  | 0,0 |
| 309       | Вермишель отварная                                                          | 180    | 6,5  | 5,7  | 33,5  | 212  | 8   | 9   | 42  | 0,9  | 0,1 | 0,0  | 0,0 |
|           | Сочник с фруктовой начинкой                                                 | 70     | 3,5  | 10,9 | 43,3  | 289  | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0 | 0,0  | 0,0 |
| 376       | Чай с сахаром                                                               | 200    | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,9  | 0,0 | 0,1  | 0,0 |
|           | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами      | 25/25  | 3,8  | 0,8  | 25,1  | 123  | 28  | 0   | 0   | 1,5  | 0,2 | 0,0  | 0,0 |
|           | <b>Всего:</b>                                                               |        | 29,5 | 33,6 | 126,4 | 930  | 96  | 51  | 337 | 9,3  | 0,7 | 18,6 | 0,1 |
|           | Полдник                                                                     |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
| 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 |
|           | <b>Всего:</b>                                                               |        | 13,3 | 11,0 | 67,4  | 422  | 255 | 41  | 245 | 1,0  | 0,2 | 1,8  | 0,0 |
|           | <b>Итого:</b>                                                               |        | 70,6 | 68,1 | 304,9 | 2119 | 396 | 268 | 889 | 17,5 | 1,6 | 34,0 | 0,1 |
|           | <b>Пятница</b>                                                              |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
|           | Завтрак                                                                     |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
| 14        | Масло сливочное                                                             | 10     | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 66   | 2   | 0   | 3   | 0,0  | 0,0 | 0,0  | 0,0 |
| 265       | Плов из говядины                                                            | 200    | 11,6 | 11,7 | 37,1  | 300  | 9   | 41  | 176 | 1,5  | 0,1 | 0,7  | 0,0 |
| 338       | Фрукты свежие                                                               | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0 | 11,0 | 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                                        | 22     | 1,8  | 0,4  | 12,6  | 62   | 9   | 0   | 0   | 0,4  | 0,1 | 0,0  | 0,0 |
|           | <b>Всего:</b>                                                               |        | 14,1 | 19,9 | 65,6  | 498  | 43  | 55  | 199 | 5,2  | 0,2 | 11,8 | 0,0 |
|           | Обед                                                                        |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
| 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 |
| ТТК 65    | Митболлы в томатном соусе                                                   | 100/50 | 18,5 | 16,8 | 10,4  | 286  | 18  | 19  | 12  | 1,5  | 0,2 | 0,6  | 0,0 |
| 312       | Пюре картофельное                                                           | 150    | 3,1  | 5,2  | 12,1  | 108  | 38  | 28  | 82  | 1,0  | 0,1 | 5,1  | 0,1 |
| 376       | Чай с сахаром                                                               | 200    | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,9  | 0,0 | 0,1  | 0,0 |
|           | Хлеб полезный с микронутриентами                                            | 45     | 3,2  | 0,5  | 19,4  | 95   | 32  | 0   | 0   | 1,8  | 0,2 | 0,0  | 0,0 |
|           | <b>Всего:</b>                                                               |        | 27,3 | 25,6 | 58,6  | 606  | 109 | 77  | 172 | 6,1  | 0,9 | 5,9  | 0,2 |
|           | Полдник                                                                     |        |      |      |       |      |     |     |     |      |     |      |     |
| ТТК 376   | 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 витамином В <sub>2</sub> | 200    | 2,0  | 6,4  | 19,0  | 140  | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0 | 0,0  | 0,0 |

|          |                                                                        |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|----------|------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|------|------|------|
|          | Всего:                                                                 |        | 7,6  | 13,6 | 46,9  | 339  | 29  | 16  | 64  | 0,8  | 0,1  | 1,3  | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |        | 49,0 | 59,2 | 171,1 | 1443 | 181 | 148 | 435 | 12,1 | 1,1  | 19,0 | 0,2  |
|          | Суббота                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 99   | Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе                           | 100    | 16,3 | 7,8  | 3,0   | 156  | 141 | 62  | 191 | 1,0  | 0,0  | 0,2  | 3,3  |
| ТТК 565  | Булгур отварной                                                        | 180    | 4,4  | 7,6  | 34,2  | 259  | 1   | 23  | 74  | 0,62 | 0,03 | 0,00 | 0,03 |
|          | Кекс для детского питания                                              | 28     | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200    | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,9  | 0,0  | 0,1  | 0,0  |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 20     | 1,6  | 0,4  | 11,4  | 56   | 8   | 0   | 0   | 0,4  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |        | 24,2 | 22,1 | 69,3  | 616  | 155 | 89  | 273 | 2,9  | 0,1  | 0,3  | 3,3  |
|          | Обед                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 102      | Суп картофельный с горохом, зеленью                                    | 250    | 5,5  | 5,3  | 15,3  | 131  | 30  | 32  | 87  | 2,0  | 0,4  | 6,0  | 0,0  |
| 278      | Тефтели мясные в соусе томатном                                        | 100/50 | 13,8 | 16,6 | 15,0  | 264  | 31  | 13  | 72  | 0,10 | 0,17 | 0,26 | 0,04 |
| 309      | Рожки отварные                                                         | 180    | 6,5  | 5,7  | 33,5  | 212  | 8   | 9   | 42  | 0,9  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
| 71       | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                           | 50     | 0,5  | 0,1  | 1,8   | 10   | 7   | 10  | 13  | 0,5  | 0,0  | 12,0 | 0,0  |
|          | Печенье                                                                | 20     | 1,5  | 2,8  | 13,6  | 86   | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| 348      | Компот из кураги                                                       | 200    | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33  | 21  | 29  | 0,7  | 0,0  | 0,9  | 0,0  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/25  | 3,8  | 0,8  | 25,1  | 123  | 28  | 0   | 0   | 1,5  | 0,2  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |        | 32,7 | 31,3 | 117,5 | 912  | 137 | 85  | 243 | 5,7  | 0,9  | 19,2 | 0,1  |
|          | Полдник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 27   | Хачапури                                                               | 100    | 12,8 | 15,0 | 27,8  | 298  | 289 | 25  | 204 | 0,7  | 0,1  | 0,1  | 0,0  |
| ТТК 243  | Кисель плодово-ягодный витаминизированный                              | 200    | 0,0  | 0,0  | 28,0  | 112  | 3   | 0   | 6   | 0,0  | 0,0  | 7,6  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |        | 12,8 | 15,0 | 55,8  | 410  | 292 | 25  | 210 | 0,7  | 0,1  | 7,7  | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |        | 69,7 | 68,4 | 242,6 | 1938 | 584 | 199 | 726 | 9,3  | 1,0  | 27,1 | 3,4  |
|          | Вторая неделя                                                          |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Понедельник                                                            |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 14       | Масло шоколадное                                                       | 10     | 0,1  | 6,2  | 2,2   | 65   | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| ТТК 57   | Пудинг "Лакомка" с вареньем                                            | 150/25 | 14,1 | 9,3  | 56,4  | 366  | 12  | 5   | 23  | 0,4  | 0,0  | 0,2  | 0,0  |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200    | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,9  | 0,0  | 0,1  | 0,0  |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 44     | 3,5  | 0,9  | 25,2  | 123  | 18  | 0   | 0   | 0,9  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |        | 17,9 | 16,5 | 88,8  | 575  | 35  | 9   | 31  | 2,2  | 0,2  | 0,3  | 0,0  |
|          | Обед                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 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  |
| 260      | Гуляш из говядины                                                      | 100    | 10,6 | 10,5 | 2,4   | 146  | 16  | 18  | 23  | 1,2  | 0,1  | 0,5  | 0,0  |
| 302      | Капа гречневая рассыпчатая                                             | 150    | 8,5  | 7,3  | 36,6  | 246  | 15  | 133 | 201 | 4,5  | 0,2  | 0,0  | 0,0  |
| ТТК 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                                       | 33     | 2,4  | 0,4  | 14,3  | 70   | 24  | 0   | 0   | 1,3  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |        | 23,2 | 23,2 | 89,1  | 657  | 91  | 170 | 277 | 7,8  | 0,6  | 27,1 | 0,0  |
|          | Полдник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 376  | Пирожок печёный сдобный с джемом                                       | 100    | 4,8  | 5,2  | 51,3  | 272  | 31  | 12  | 52  | 0,6  | 0,1  | 0,3  | 0,0  |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0  | 11,0 | 0,0  |
| ТТК 89   | Компот из апельсинов                                                   | 200    | 0,2  | 0,1  | 17,0  | 69   | 9   | 3   | 6   | 0,1  | 0,0  | 15,0 | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |        | 5,4  | 5,7  | 79,1  | 390  | 58  | 25  | 70  | 3,1  | 0,1  | 26,3 | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |        | 46,5 | 45,4 | 256,9 | 1622 | 184 | 204 | 378 | 13,1 | 0,8  | 53,7 | 0,0  |
|          | Вторник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 864/2022 | Блины "Домашние" со сгущённым молоком                                  | 168/30 | 12,2 | 27,2 | 51,9  | 502  | 92  | 10  | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,3  | 0,0  |
|          | Пюре фруктовое                                                         | 125    | 0,0  | 0,0  | 13,8  | 55   | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0  | 11,0 | 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  |
|          | Всего:                                                                 |        | 12,8 | 27,7 | 81,5  | 627  | 115 | 24  | 20  | 3,3  | 0,0  | 11,4 | 0,0  |
|          | Обед                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |

|          |                                                                        |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|----------|------------------------------------------------------------------------|-----------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|------|------|------|
| 177/2004 | Бульон куриный с гречками, зеленью                                     | 25/15/250 | 9,5  | 0,8  | 13,7  | 100  | 12  | 23  | 37  | 0,8  | 0,1  | 0,7  | 0,0  |
| 271      | Биточки домашние                                                       | 100       | 13,8 | 11,3 | 10,1  | 198  | 10  | 10  | 53  | 1,0  | 0,3  | 0,0  | 0,0  |
| ТТК 270  | Гороховое пюре                                                         | 180       | 18,6 | 6,9  | 31,2  | 261  | 75  | 73  | 185 | 5,8  | 0,4  | 0,0  | 0,0  |
| ТТК 206  | Компот из ягод                                                         | 200       | 0,2  | 0,1  | 12,0  | 49   | 11  | 8   | 9   | 0,2  | 0,0  | 4,5  | 0,0  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/25     | 3,8  | 0,8  | 25,1  | 123  | 28  | 0   | 0   | 1,5  | 0,2  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 45,9 | 19,9 | 92,1  | 731  | 136 | 114 | 284 | 9,3  | 1,0  | 5,2  | 0,0  |
|          | Полдник                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 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  |
|          | Всего:                                                                 |           | 13,3 | 11,0 | 67,4  | 422  | 255 | 41  | 245 | 1,0  | 0,2  | 1,8  | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |           | 72,0 | 58,6 | 241,0 | 1780 | 506 | 179 | 549 | 13,6 | 1,2  | 18,4 | 0,0  |
|          | Среда                                                                  |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 15        | 0,1  | 10,9 | 0,2   | 99   | 4   | 0   | 5   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,1  |
| 291      | Плов из индейки                                                        | 200       | 10,7 | 17,1 | 45,2  | 378  | 23  | 36  | 102 | 1,7  | 0,3  | 4,0  | 0,0  |
|          | Кекс для детского питания                                              | 28        | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| 377      | Чай с лимоном                                                          | 200/7     | 0,3  | 0,1  | 10,3  | 43   | 8   | 5   | 10  | 0,9  | 0,0  | 2,9  | 0,0  |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 30        | 2,4  | 0,6  | 17,2  | 84   | 12  | 0   | 0   | 0,6  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 15,2 | 34,9 | 88,6  | 728  | 47  | 41  | 117 | 3,2  | 0,4  | 6,9  | 0,1  |
|          | Обед                                                                   |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 96       | Рассольник Ленинградский с зеленью                                     | 250       | 2,1  | 5,1  | 17,3  | 124  | 18  | 23  | 72  | 1,0  | 0,2  | 7,7  | 0,0  |
| 234      | Котлета рыбная                                                         | 100       | 15,3 | 12,5 | 18,4  | 246  | 62  | 43  | 176 | 1,3  | 0,2  | 0,4  | 4,4  |
| 312      | Пюре картофельное                                                      | 180       | 3,8  | 6,3  | 14,5  | 130  | 46  | 33  | 99  | 1,2  | 0,0  | 0,4  | 0,1  |
| ТТК 275  | Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)          | 35        | 0,6  | 1,8  | 4,0   | 35   | 15  | 5   | 10  | 0,2  | 0,0  | 9,3  | 0,0  |
| 348      | Компот из кураги                                                       | 200       | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33  | 21  | 29  | 0,7  | 0,0  | 0,9  | 0,0  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/30     | 4,2  | 0,9  | 27,3  | 134  | 32  | 0   | 0   | 1,7  | 0,2  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 27,1 | 26,6 | 94,7  | 755  | 206 | 125 | 386 | 6,0  | 0,6  | 18,7 | 4,5  |
|          | Полдник                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 27   | Хачапури                                                               | 100       | 12,8 | 15,0 | 27,8  | 298  | 289 | 25  | 204 | 0,7  | 0,1  | 0,1  | 0,0  |
| 388      | Напиток из шиповника                                                   | 200       | 0,7  | 0,3  | 24,6  | 104  | 10  | 3   | 3   | 0,7  | 0,1  | 0,1  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 13,5 | 15,3 | 52,4  | 402  | 299 | 28  | 207 | 1,4  | 0,2  | 0,2  | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |           | 55,8 | 76,8 | 235,6 | 1885 | 552 | 194 | 710 | 10,7 | 1,2  | 25,7 | 4,6  |
|          | Четверг                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 10        | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 66   | 2   | 0   | 3   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| 260      | Гуляш из говядины                                                      | 100       | 8,2  | 8,6  | 2,8   | 121  | 16  | 15  | 23  | 1,0  | 0,0  | 0,6  | 0,0  |
| 309      | Вермишель отварная                                                     | 150       | 5,4  | 4,9  | 27,9  | 178  | 6   | 8   | 35  | 0,80 | 0,10 | 0,00 | 0,00 |
| 245/1    | Кофейный напиток быстрорастворимый                                     | 200       | 2,6  | 1,8  | 16,6  | 93   | 84  | 10  | 63  | 0,1  | 0,0  | 0,9  | 14,0 |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 23        | 2,0  | 0,5  | 14,3  | 70   | 10  | 0   | 0   | 0,5  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 18,3 | 23,1 | 61,7  | 528  | 118 | 33  | 124 | 2,4  | 0,2  | 1,5  | 14,0 |
|          | Обед                                                                   |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 101      | Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами                        | 265       | 4,6  | 5,7  | 17,2  | 139  | 16  | 22  | 71  | 0,9  | 0,2  | 8,5  | 0,0  |
| 278      | Тефтели мясные в соусе томатном                                        | 100/50    | 13,8 | 16,6 | 15,0  | 264  | 31  | 13  | 72  | 0,10 | 0,17 | 0,26 | 0,04 |
| 304      | Рис отварной                                                           | 180       | 4,4  | 7,5  | 33,7  | 220  | 2   | 23  | 73  | 0,62 | 0,03 | 0,00 | 0,04 |
| ТТК 206  | Компот из ягод                                                         | 200       | 0,2  | 0,1  | 12,0  | 49   | 11  | 8   | 9   | 0,2  | 0,0  | 4,5  | 0,0  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/15     | 3,0  | 0,6  | 19,4  | 95   | 24  | 0   | 0   | 1,3  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 26,0 | 30,5 | 97,3  | 767  | 84  | 66  | 225 | 3,1  | 0,5  | 13,3 | 0,1  |
|          | Полдник                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 376  | Пирожок печёный сдобный с мясом рисом                                  | 100       | 12,1 | 13,3 | 27,1  | 277  | 29  | 21  | 124 | 1,2  | 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  |
|          | Всего:                                                                 |           | 12,3 | 13,4 | 32,1  | 298  | 34  | 25  | 132 | 2,1  | 0,2  | 0,2  | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |           | 56,6 | 67,0 | 191,1 | 1593 | 236 | 124 | 481 | 7,6  | 0,9  | 14,9 | 14,1 |
|          | Пятница                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |

|          |                                                                        |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|----------|------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|------|------|------|
|          | Завтрак                                                                |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 271      | Биточки домашние                                                       | 100   | 13,8 | 11,3 | 10,1  | 198  | 10  | 10  | 53  | 1,0  | 0,3  | 0,0  | 0,0  |
| 309      | Рожки отварные                                                         | 180   | 6,5  | 5,7  | 33,5  | 212  | 8   | 9   | 42  | 0,91 | 0,07 | 0,00 | 0,03 |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110   | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0  | 11,0 | 0,0  |
| 377      | Чай с лимоном                                                          | 200/7 | 0,3  | 0,1  | 10,3  | 43   | 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  |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |       | 25,1 | 18,5 | 93,9  | 645  | 64  | 34  | 117 | 6,2  | 0,5  | 13,9 | 0,0  |
|          | Обед                                                                   |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 111/2004 | Борщ "Сибирский" со сметаной, зеленью                                  | 255   | 2,2  | 5,6  | 10,2  | 100  | 37  | 19  | 46  | 1,0  | 0,2  | 9,2  | 0,0  |
| 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  | 1,2  | 0,0  | 0,4  | 0,1  |
| ТТК 89   | Компот из апельсинов                                                   | 200   | 0,2  | 0,1  | 17,0  | 69   | 9   | 3   | 6   | 0,1  | 0,0  | 15,0 | 0,0  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/30 | 4,2  | 0,9  | 27,3  | 134  | 32  | 0   | 0   | 1,7  | 0,2  | 0,0  | 0,0  |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |       | 34,4 | 29,6 | 81,4  | 729  | 141 | 144 | 324 | 6,1  | 0,5  | 26,2 | 0,2  |
|          | Полдник                                                                |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 376  | Пирожок печёный слобный с картофелем, луком                            | 100   | 1,6  | 0,4  | 11,4  | 56   | 8   | 0   | 0   | 0,4  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"                                    | 200   | 2,0  | 1,0  | 22,0  | 100  | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |       | 3,6  | 1,4  | 33,4  | 156  | 8   | 0   | 0   | 0,4  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |       | 63,1 | 49,5 | 208,7 | 1530 | 213 | 178 | 441 | 12,7 | 1,1  | 40,1 | 0,2  |
|          | Суббота                                                                |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 15    | 0,1  | 10,9 | 0,1   | 99   | 3   | 0   | 5   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| 15       | Сыр порционно                                                          | 15    | 3,5  | 4,4  | 0,0   | 53   | 150 | 8   | 90  | 0,2  | 0,0  | 0,1  | 0,1  |
| 295      | Котлета куриная                                                        | 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                                   | 25    | 2,0  | 0,5  | 14,3  | 70   | 10  | 0   | 0   | 0,5  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |       | 36,3 | 33,7 | 80,5  | 770  | 231 | 246 | 498 | 8,7  | 0,6  | 4,3  | 0,1  |
|          | Обед                                                                   |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 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  |
| 71       | Помидоры свежие (доп. гарнир)                                          | 20    | 0,2  | 0,0  | 0,8   | 4    | 3   | 4   | 5   | 0,2  | 0,0  | 5,0  | 0,0  |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110   | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0  | 11,0 | 0,0  |
| 348      | Компот из кураги                                                       | 200   | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33  | 21  | 29  | 0,7  | 0,0  | 0,9  | 0,0  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/18 | 3,2  | 0,7  | 21,1  | 103  | 25  | 0   | 0   | 1,3  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |       | 27,7 | 23,7 | 93,0  | 724  | 135 | 77  | 224 | 7,3  | 0,6  | 36,3 | 0,0  |
|          | Полдник                                                                |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 376  | Пирожок печёный слобный с курагой                                      | 100   | 6,1  | 5,2  | 40,2  | 232  | 67  | 36  | 79  | 1,3  | 0,1  | 0,3  | 0,0  |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110   | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0  | 11,0 | 0,0  |
| 388      | Напиток из шиповника                                                   | 200   | 0,7  | 0,3  | 24,6  | 104  | 10  | 3   | 3   | 0,7  | 0,0  | 20,0 | 0,0  |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |       | 7,2  | 5,9  | 75,6  | 385  | 95  | 49  | 94  | 4,4  | 0,1  | 31,3 | 0,0  |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |       | 71,2 | 63,3 | 249,1 | 1879 | 461 | 372 | 816 | 20,5 | 1,2  | 71,9 | 0,2  |
|          | Третья неделя                                                          |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Понедельник                                                            |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 14       | Масло шоколадное                                                       | 10    | 0,1  | 6,2  | 2,2   | 65   | 0   | 0   | 0   | 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                                                          | 110   | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0  | 11,0 | 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  |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |       | 22,9 | 26,8 | 48,3  | 527  | 206 | 41  | 348 | 7,7  | 0,2  | 12,1 | 0,0  |
|          | Обед                                                                   |       |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 102      | Суп картофельный с горохом, зеленью                                    | 250   | 5,5  | 5,3  | 15,3  | 131  | 30  | 32  | 87  | 2,0  | 0,4  | 6,0  | 0,0  |

|          |                                                                        |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|----------|------------------------------------------------------------------------|-----------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|------|------|------|
| 265      | Плов из говядины                                                       | 200       | 11,6 | 11,7 | 37,1  | 300  | 9   | 41  | 176 | 1,5  | 0,1  | 0,7  | 0,0  |
| 388      | Напиток из пивовника                                                   | 200       | 0,7  | 0,3  | 24,6  | 104  | 10  | 3   | 3   | 0,7  | 0,0  | 20,0 | 0,0  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/30     | 4,2  | 0,9  | 27,3  | 134  | 32  | 0   | 0   | 1,7  | 0,2  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 22,0 | 18,2 | 104,3 | 669  | 81  | 76  | 266 | 5,9  | 0,7  | 26,7 | 0,0  |
|          | Полдник                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 376  | Пирожок печёный сдобный с творогом                                     | 100       | 12,0 | 9,3  | 27,9  | 243  | 91  | 19  | 128 | 0,7  | 0,1  | 0,1  | 0,0  |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110       | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0  | 11,0 | 0,0  |
| 377      | Чай с лимоном                                                          | 200/7     | 0,3  | 0,1  | 10,3  | 43   | 8   | 5   | 10  | 0,9  | 0,0  | 2,9  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 12,7 | 9,8  | 49,0  | 335  | 117 | 34  | 150 | 4,0  | 0,1  | 14,0 | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |           | 57,6 | 54,8 | 201,6 | 1531 | 404 | 151 | 764 | 17,5 | 1,0  | 52,8 | 0,0  |
|          | Вторник                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 10        | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 66   | 2   | 0   | 3   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| ТТК 552  | Индейка с булгуром                                                     | 200       | 12,8 | 15,5 | 39,8  | 350  | 73  | 5   | 51  | 0,70 | 0,02 | 0,00 | 0,00 |
| 71       | Помидора свежая (доп.гарнир)                                           | 25        | 0,3  | 0,1  | 1,0   | 5    | 4   | 5   | 6   | 0,23 | 0,02 | 6,00 | 0,00 |
|          | Кекс для детского питания                                              | 28        | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200       | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,9  | 0,0  | 0,1  | 0,0  |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 35        | 2,8  | 0,7  | 20,0  | 98   | 14  | 0   | 0   | 0,7  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 17,9 | 29,9 | 81,6  | 664  | 98  | 14  | 68  | 2,5  | 0,2  | 6,1  | 0,0  |
|          | Обед                                                                   |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 82       | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью              | 255       | 1,8  | 5,6  | 12,0  | 106  | 37  | 22  | 54  | 1,1  | 0,2  | 10,3 | 0,0  |
| ТТК 94   | Фишболы в сырном соусе                                                 | 100/50    | 15,6 | 8,1  | 9,3   | 173  | 127 | 11  | 107 | 0,6  | 0,1  | 1,0  | 0,3  |
| 304      | Рис отварной                                                           | 150       | 3,7  | 6,3  | 28,5  | 185  | 1   | 12  | 62  | 0,50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТТК 206  | Компот из ягод                                                         | 200       | 0,2  | 0,1  | 12,0  | 49   | 11  | 8   | 9   | 0,2  | 0,0  | 4,5  | 0,0  |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами                                       | 19        | 1,4  | 0,2  | 8,2   | 40   | 14  | 0   | 0   | 0,7  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 22,7 | 20,3 | 70,0  | 553  | 190 | 53  | 232 | 3,1  | 0,4  | 15,8 | 0,3  |
|          | Полдник                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 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  |
|          | Всего:                                                                 |           | 13,3 | 11,0 | 67,4  | 422  | 255 | 41  | 245 | 1,0  | 0,2  | 1,8  | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |           | 53,9 | 61,2 | 219,0 | 1639 | 543 | 108 | 545 | 6,7  | 0,8  | 23,7 | 0,3  |
|          | Среда                                                                  |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
|          | Завтрак                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 15        | 0,1  | 10,9 | 0,1   | 99   | 3   | 0   | 5   | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 0,0  |
| 295      | Котлета куриная                                                        | 100       | 20,2 | 9,0  | 16,8  | 229  | 42  | 72  | 151 | 1,8  | 0,2  | 1,3  | 0,1  |
| 309      | Вермишель отварная                                                     | 180       | 6,5  | 5,7  | 33,5  | 212  | 8   | 9   | 42  | 0,9  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110       | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,4  | 0,0  | 11,0 | 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                                   | 25        | 2,0  | 0,5  | 14,3  | 70   | 10  | 0   | 0   | 0,5  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 29,4 | 26,6 | 80,5  | 680  | 86  | 95  | 218 | 6,5  | 0,4  | 12,4 | 0,1  |
|          | Обед                                                                   |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| 177/2004 | Бульон куриный с гренками, зеленью                                     | 25/15/250 | 9,5  | 0,8  | 13,7  | 100  | 12  | 23  | 37  | 0,8  | 0,1  | 0,7  | 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                                       | 19        | 1,4  | 0,2  | 8,2   | 40   | 14  | 0   | 0   | 0,7  | 0,1  | 0,0  | 0,0  |
|          | Всего:                                                                 |           | 23,5 | 13,8 | 45,6  | 400  | 54  | 72  | 138 | 4,7  | 0,5  | 9,0  | 0,0  |
|          | Полдник                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |
| ТТК 376  | Пирожок печёный сдобный с курицей капустой                             | 100       | 11,7 | 7,5  | 24,8  | 213  | 37  | 33  | 76  | 1,0  | 0,1  | 1,2  | 0,0  |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 106       | 0,4  | 0,4  | 10,4  | 47   | 17  | 10  | 12  | 2,3  | 0,0  | 10,6 | 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  |
|          | Всего:                                                                 |           | 12,3 | 8,0  | 40,2  | 281  | 59  | 47  | 96  | 4,2  | 0,1  | 11,9 | 0,0  |
|          | Итого:                                                                 |           | 65,2 | 48,4 | 166,3 | 1361 | 199 | 214 | 452 | 15,4 | 1,0  | 33,3 | 0,1  |
|          | Четверг                                                                |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |      |      |

|         |                                                                        |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|---------|------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|------|-------|------|
|         | Завтрак                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 278     | Тефтели мясные в соусе томатном                                        | 100/50 | 13,8 | 16,6 | 15,0  | 264  | 31  | 13  | 72  | 0,10 | 0,17 | 0,26  | 0,04 |
| 302     | Каша гречневая рассыпчатая                                             | 180    | 10,2 | 8,8  | 44,1  | 296  | 18  | 161 | 242 | 5,4  | 0,3  | 0,0   | 0,0  |
| 382     | Какао с молоком                                                        | 200    | 3,6  | 3,0  | 20,8  | 124  | 124 | 27  | 109 | 0,8  | 0,0  | 1,3   | 0,0  |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 45     | 3,6  | 0,9  | 25,7  | 126  | 18  | 0   | 0   | 0,9  | 0,1  | 0,0   | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 31,2 | 29,3 | 105,6 | 810  | 191 | 201 | 423 | 7,2  | 0,6  | 1,6   | 0,1  |
|         | Обед                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 103     | Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками, зеленью         | 20/250 | 7,0  | 5,5  | 21,0  | 162  | 17  | 25  | 87  | 1,2  | 0,3  | 8,6   | 0,0  |
| ТТК 99  | Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе                           | 100    | 16,3 | 7,8  | 3,0   | 156  | 141 | 62  | 191 | 1,0  | 0,0  | 0,2   | 3,3  |
| 304     | Рис отварной                                                           | 180    | 4,4  | 7,5  | 33,7  | 220  | 2   | 23  | 73  | 0,62 | 0,03 | 0,00  | 0,04 |
| ТТК 243 | Кисель плодово-ягодный витаминизированный                              | 200    | 0,0  | 0,0  | 28,0  | 112  | 3   | 0   | 6   | 0,0  | 0,0  | 7,6   | 0,0  |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/35  | 4,5  | 1,0  | 30,2  | 148  | 32  | 0   | 0   | 1,7  | 0,2  | 0,0   | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 32,2 | 21,8 | 115,9 | 798  | 195 | 110 | 357 | 4,5  | 0,5  | 16,4  | 3,3  |
|         | Полдник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| ТТК 376 | Пирожок печёный сдобный с мясом рисом                                  | 100    | 12,1 | 13,3 | 27,1  | 277  | 29  | 21  | 124 | 1,2  | 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  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 12,3 | 13,4 | 32,1  | 298  | 34  | 25  | 132 | 2,1  | 0,2  | 0,2   | 0,0  |
|         | <b>Итого:</b>                                                          |        | 75,7 | 64,5 | 253,7 | 1906 | 420 | 336 | 912 | 13,8 | 1,3  | 18,1  | 3,4  |
|         | Пятница                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|         | Завтрак                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 14      | Масло шоколадное                                                       | 10     | 0,1  | 6,2  | 2,2   | 65   | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0   | 0,0  |
| 271     | Биточки "Школьные"                                                     | 100    | 16,5 | 17,1 | 9,3   | 257  | 32  | 16  | 107 | 1,2  | 0,2  | 0,2   | 0,0  |
| 309     | Рожки отварные                                                         | 180    | 6,5  | 5,7  | 33,5  | 212  | 8   | 9   | 42  | 0,91 | 0,07 | 0,00  | 0,03 |
| 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                                   | 45     | 3,6  | 0,9  | 25,7  | 126  | 18  | 0   | 0   | 0,9  | 0,1  | 0,0   | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 27,0 | 30,0 | 75,9  | 683  | 66  | 30  | 159 | 3,9  | 0,4  | 3,1   | 0,1  |
|         | Обед                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 157     | Солянка домашняя со сметаной, зеленью                                  | 255    | 6,8  | 6,2  | 7,0   | 112  | 20  | 32  | 99  | 1,2  | 0,1  | 5,3   | 0,0  |
| 284     | Запеканка картофельная с мясом                                         | 200    | 14,6 | 12,2 | 21,0  | 252  | 19  | 44  | 143 | 1,8  | 0,2  | 4,3   | 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/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/30  | 4,2  | 0,9  | 27,3  | 134  | 32  | 0   | 0   | 1,7  | 0,2  | 0,0   | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 25,8 | 19,4 | 60,3  | 519  | 76  | 80  | 250 | 5,6  | 0,5  | 9,7   | 0,0  |
|         | Полдник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| ТТК 376 | 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 витамином В         | 200    | 2,0  | 6,4  | 19,0  | 140  | 0   | 0   | 0   | 0,0  | 0,0  | 0,0   | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 7,6  | 13,6 | 46,9  | 339  | 29  | 16  | 64  | 0,8  | 0,1  | 1,3   | 0,0  |
|         | <b>Итого:</b>                                                          |        | 60,4 | 63,0 | 183,1 | 1541 | 171 | 126 | 473 | 10,2 | 1,0  | 14,1  | 0,1  |
|         | Суббота                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|         | Завтрак                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| ТТК 242 | Филе куриное панированное                                              | 100    | 24,0 | 16,7 | 12,4  | 296  | 17  | 89  | 173 | 2,11 | 0,11 | 1,66  | 0,08 |
| 304     | Рис отварной                                                           | 180    | 4,4  | 7,5  | 33,7  | 220  | 2   | 23  | 73  | 0,62 | 0,03 | 0,00  | 0,04 |
| 338     | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,40 | 0,00 | 11,00 | 0,00 |
| 376     | Чай с сахаром                                                          | 200    | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,9  | 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  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 32,6 | 25,6 | 87,6  | 712  | 60  | 126 | 266 | 6,9  | 0,3  | 12,8  | 0,1  |
|         | Обед                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 82      | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью              | 255    | 1,8  | 5,6  | 12,0  | 106  | 37  | 22  | 54  | 1,1  | 0,2  | 10,3  | 0,0  |
| ТТК 274 | Ёжики Аппетитные                                                       | 100/50 | 11,3 | 11,8 | 12,9  | 202  | 17  | 15  | 77  | 0,8  | 0,1  | 1,0   | 0,0  |
| 312     | Пюре картофельное                                                      | 180    | 3,8  | 6,3  | 14,5  | 130  | 46  | 33  | 99  | 1,2  | 0,0  | 0,4   | 0,1  |
| ТТК 275 | Капуста квашенная с растительным маслом, сахаром (доп. гарнир)         | 55     | 0,9  | 2,9  | 6,3   | 54   | 23  | 8   | 15  | 0,3  | 0,0  | 14,5  | 0,0  |
| 348     | Компот из кураги                                                       | 200    | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33  | 21  | 29  | 0,7  | 0,0  | 0,9   | 0,0  |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/25  | 3,8  | 0,8  | 25,1  | 123  | 28  | 0   | 0   | 1,5  | 0,2  | 0,0   | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 22,7 | 27,4 | 84,0  | 701  | 184 | 99  | 274 | 5,6  | 0,6  | 27,0  | 0,1  |

|          |                                                                        |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
|----------|------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
|          | Полдник                                                                |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
| ТТК 27   | Хачапури                                                               | 100    | 12,8        | 15,0        | 27,8         | 298         | 289        | 25         | 204        | 0,7         | 0,1        | 0,1         | 0,0        |
| ТТК 243  | Кисель плодово-ягодный витаминизированный                              | 200    | 0,0         | 0,0         | 28,0         | 112         | 3          | 0          | 6          | 0,0         | 0,0        | 7,6         | 0,0        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>12,8</b> | <b>15,0</b> | <b>55,8</b>  | <b>410</b>  | <b>292</b> | <b>25</b>  | <b>210</b> | <b>0,7</b>  | <b>0,1</b> | <b>7,7</b>  | <b>0,0</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |        | <b>68,1</b> | <b>68,0</b> | <b>227,4</b> | <b>1823</b> | <b>536</b> | <b>250</b> | <b>750</b> | <b>13,2</b> | <b>0,9</b> | <b>47,4</b> | <b>0,3</b> |
|          | Четвертая неделя                                                       |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
|          | Понедельник                                                            |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
|          | Завтрак                                                                |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
| 204      | Макароны с сыром                                                       | 200    | 10,9        | 13,5        | 33,0         | 298         | 122        | 20         | 136        | 0,9         | 0,1        | 0,0         | 0,0        |
|          | Творог с фруктовым наполнителем для детского питания                   | 100    | 7,6         | 4,2         | 11,1         | 113         | 85         | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,0        |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,9         | 0,0        | 0,1         | 0,0        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 14     | 1,1         | 0,3         | 8,0          | 39          | 6          | 0          | 0          | 0,3         | 0,0        | 0,0         | 0,0        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>19,8</b> | <b>18,1</b> | <b>57,1</b>  | <b>471</b>  | <b>218</b> | <b>24</b>  | <b>144</b> | <b>2,1</b>  | <b>0,1</b> | <b>0,1</b>  | <b>0,0</b> |
|          | Обед                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
| ТТК 370  | Суп сырный с гренками, зеленью                                         | 200/15 | 3,8         | 4,8         | 21,7         | 145         | 104        | 15         | 82         | 1,0         | 0,3        | 9,4         | 0,0        |
| 260      | Гуляш из говядины                                                      | 100    | 10,6        | 10,5        | 2,4          | 146         | 16         | 18         | 23         | 1,2         | 0,1        | 0,5         | 0,0        |
| 302      | Каша гречневая рассыпчатая                                             | 150    | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 246         | 15         | 133        | 201        | 4,5         | 0,2        | 0,0         | 0,0        |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,9         | 0,0        | 0,1         | 0,0        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами                                       | 20     | 1,4         | 0,2         | 8,2          | 40          | 14         | 0          | 0          | 0,7         | 0,1        | 0,0         | 0,0        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>24,5</b> | <b>22,9</b> | <b>73,9</b>  | <b>598</b>  | <b>153</b> | <b>170</b> | <b>314</b> | <b>8,3</b>  | <b>0,7</b> | <b>10,0</b> | <b>0,0</b> |
|          | Полдник                                                                |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
| ТТК 376  | Пирожок печёный слобный с джемом                                       | 100    | 4,8         | 5,2         | 51,3         | 272         | 31         | 12         | 52         | 0,6         | 0,1        | 0,3         | 0,0        |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,4         | 0,0        | 11,0        | 0,0        |
| ТТК 89   | Компот из апельсинов                                                   | 200    | 0,2         | 0,1         | 17,0         | 69          | 9          | 3          | 6          | 0,1         | 0,0        | 15,0        | 0,0        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>5,4</b>  | <b>5,7</b>  | <b>79,1</b>  | <b>390</b>  | <b>58</b>  | <b>25</b>  | <b>70</b>  | <b>3,1</b>  | <b>0,1</b> | <b>26,3</b> | <b>0,0</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |        | <b>49,7</b> | <b>46,7</b> | <b>210,1</b> | <b>1459</b> | <b>429</b> | <b>219</b> | <b>528</b> | <b>13,6</b> | <b>0,8</b> | <b>36,4</b> | <b>0,0</b> |
|          | Вторник                                                                |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
|          | Завтрак                                                                |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 10     | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 66          | 2          | 0          | 3          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,0        |
| 15       | Сыр порционно                                                          | 15     | 3,5         | 4,4         | 0,0          | 53          | 150        | 8          | 90         | 0,2         | 0,0        | 0,1         | 0,1        |
| ТТК 12   | Жаркое из индейки                                                      | 200    | 9,5         | 16,2        | 18,2         | 256         | 87         | 34         | 129        | 2,0         | 0,0        | 7,7         | 0,0        |
| 377      | Чай с лимоном                                                          | 200/7  | 0,3         | 0,1         | 10,3         | 43          | 8          | 5          | 10         | 0,9         | 0,0        | 2,9         | 0,0        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 35     | 7,6         | 1,7         | 51,2         | 251         | 50         | 0          | 0          | 2,6         | 0,3        | 0,0         | 0,0        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>21,0</b> | <b>29,7</b> | <b>79,8</b>  | <b>669</b>  | <b>297</b> | <b>47</b>  | <b>232</b> | <b>5,7</b>  | <b>0,4</b> | <b>10,7</b> | <b>0,1</b> |
|          | Обед                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
| 211/2022 | Борщ "Краснодарский со сметаной, зеленью                               | 255    | 1,8         | 6,5         | 9,6          | 105         | 36         | 20         | 47         | 1,0         | 0,2        | 18,0        | 0,0        |
| 271      | Биточки домашние                                                       | 100    | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 198         | 10         | 10         | 53         | 1,00        | 0,30       | 0,00        | 0,00       |
| 309      | Вермишель отварная                                                     | 180    | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 212         | 8          | 9          | 42         | 0,91        | 0,07       | 0,00        | 0,03       |
| 71       | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                           | 25     | 0,3         | 0,1         | 1,0          | 5           | 4          | 5          | 6          | 0,2         | 0,0        | 6,0         | 0,0        |
| 389      | Сок фруктовый                                                          | 200    | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 41          | 5          | 4          | 8          | 0,9         | 0,0        | 0,1         | 0,0        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/25  | 3,8         | 0,8         | 25,1         | 123         | 28         | 0          | 0          | 1,5         | 0,2        | 0,0         | 0,0        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>26,4</b> | <b>24,5</b> | <b>89,4</b>  | <b>684</b>  | <b>91</b>  | <b>48</b>  | <b>156</b> | <b>5,5</b>  | <b>0,8</b> | <b>24,1</b> | <b>0,1</b> |
|          | Полдник                                                                |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
| ТТК 27   | Хачапури                                                               | 100    | 12,8        | 15,0        | 27,8         | 298         | 289        | 25         | 204        | 0,7         | 0,1        | 0,1         | 0,0        |
| 388      | Напиток из шиповника                                                   | 200    | 0,7         | 0,3         | 24,6         | 104         | 10         | 3          | 3          | 0,7         | 0,1        | 0,1         | 0,0        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>13,5</b> | <b>15,3</b> | <b>52,4</b>  | <b>402</b>  | <b>299</b> | <b>28</b>  | <b>207</b> | <b>1,4</b>  | <b>0,2</b> | <b>0,2</b>  | <b>0,0</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |        | <b>60,9</b> | <b>69,4</b> | <b>221,6</b> | <b>1755</b> | <b>687</b> | <b>123</b> | <b>595</b> | <b>12,6</b> | <b>1,3</b> | <b>35,0</b> | <b>0,2</b> |
|          | Среда                                                                  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
|          | Завтрак                                                                |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |            |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 10     | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 66          | 2          | 0          | 3          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,0        |
| ТТК 99   | Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе                           | 100    | 13,6        | 8,0         | 3,3          | 140         | 152        | 49         | 170        | 0,9         | 0,0        | 0,2         | 3,6        |
| 304      | Рис отварной                                                           | 180    | 4,4         | 7,5         | 33,7         | 220         | 2          | 23         | 73         | 0,62        | 0,03       | 0,00        | 0,04       |
| 306      | Кукуруза консервированная (доп. гарнир)                                | 30     | 3,1         | 1,5         | 18,0         | 98          | 10         | 31         | 90         | 1,10        | 0,11       | 0,00        | 0,00       |

|           |                                                                        |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
|-----------|------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|------------|
| 376       | Чай с сахаром                                                          | 200    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21           | 5           | 4           | 8           | 0,9         | 0,0        | 0,1         | 0,0        |
|           | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 30     | 2,4         | 0,6         | 17,2         | 85           | 12          | 0           | 0           | 0,6         | 0,1        | 0,0         | 0,0        |
|           | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>23,8</b> | <b>25,0</b> | <b>77,3</b>  | <b>630</b>   | <b>183</b>  | <b>107</b>  | <b>344</b>  | <b>4,1</b>  | <b>0,3</b> | <b>0,3</b>  | <b>3,6</b> |
|           | Обед                                                                   |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
| 278/2022  | Суп куриный с зеленью                                                  | 250    | 2,3         | 3,0         | 11,7         | 96           | 16          | 26          | 70          | 0,9         | 0,4        | 0,1         | 0,0        |
| 234       | Котлета рыбная                                                         | 100    | 15,3        | 12,5        | 18,4         | 246          | 62          | 43          | 176         | 1,3         | 0,2        | 0,4         | 4,4        |
| 312       | Пюре картофельное                                                      | 180    | 3,8         | 6,3         | 14,5         | 130          | 46          | 33          | 99          | 1,2         | 0,0        | 0,4         | 0,1        |
| ТТК 89    | Компот из апельсинов                                                   | 200    | 0,2         | 0,1         | 17,0         | 69           | 9           | 3           | 6           | 0,1         | 0,0        | 15,0        | 0,0        |
|           | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/39  | 4,9         | 1,1         | 33,1         | 162          | 34          | 0           | 0           | 1,8         | 0,2        | 0,0         | 0,0        |
|           | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>26,5</b> | <b>23,0</b> | <b>94,7</b>  | <b>703</b>   | <b>167</b>  | <b>105</b>  | <b>351</b>  | <b>5,2</b>  | <b>0,8</b> | <b>15,9</b> | <b>4,5</b> |
|           | Полдник                                                                |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
| ТТК 376   | Пирожок печёный слоёный с курицей капустой                             | 100    | 11,7        | 7,5         | 24,8         | 213          | 37          | 33          | 76          | 1,0         | 0,1        | 1,2         | 0,0        |
| 338       | Фрукты свежие                                                          | 106    | 0,4         | 0,4         | 10,4         | 47           | 17          | 10          | 12          | 2,3         | 0,0        | 10,6        | 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>12,3</b> | <b>8,0</b>  | <b>40,2</b>  | <b>281,0</b> | <b>59,0</b> | <b>47,0</b> | <b>96,0</b> | <b>4,2</b>  | <b>0,1</b> | <b>11,9</b> | <b>0,0</b> |
|           | <b>Итого:</b>                                                          |        | <b>62,6</b> | <b>56,0</b> | <b>212,2</b> | <b>1614</b>  | <b>409</b>  | <b>259</b>  | <b>791</b>  | <b>13,5</b> | <b>1,2</b> | <b>28,1</b> | <b>8,1</b> |
|           | <b>Четверг</b>                                                         |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
|           | Завтрак                                                                |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
| 864/2022  | Блины "Домашние" со сгущённым молоком                                  | 168/30 | 12,2        | 27,2        | 51,9         | 502          | 92          | 10          | 0           | 0,0         | 0,0        | 0,3         | 0,0        |
|           | Пюре фруктовое                                                         | 125    | 0,0         | 0,0         | 13,8         | 55           | 0           | 0           | 0           | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,0        |
| 338       | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49           | 18          | 10          | 12          | 2,4         | 0,0        | 11,0        | 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>12,8</b> | <b>27,7</b> | <b>81,5</b>  | <b>627</b>   | <b>115</b>  | <b>24</b>   | <b>20</b>   | <b>3,3</b>  | <b>0,0</b> | <b>11,4</b> | <b>0,0</b> |
|           | Обед                                                                   |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
| ТТК 83    | Суп Минестроне                                                         | 250    | 3,0         | 5,2         | 13,5         | 113          | 143         | 157         | 427         | 0,7         | 0,3        | 35,0        | 0,4        |
| 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                                                         | 180    | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 212          | 8           | 9           | 42          | 0,91        | 0,07       | 0,00        | 0,03       |
| 348       | Компот из кураги                                                       | 200    | 1,1         | 0,0         | 13,2         | 86           | 33          | 21          | 29          | 0,7         | 0,0        | 0,9         | 0,0        |
|           | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/54  | 5,8         | 1,3         | 39,4         | 196          | 38          | 0           | 0           | 2,0         | 0,3        | 0,0         | 0,0        |
|           | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>40,4</b> | <b>28,9</b> | <b>112,0</b> | <b>903</b>   | <b>239</b>  | <b>276</b>  | <b>671</b>  | <b>6,4</b>  | <b>0,8</b> | <b>37,6</b> | <b>0,5</b> |
|           | Полдник                                                                |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
| ТТК 357/1 | Маковый рулетик посыпной                                               | 100    | 8,6         | 10,8        | 42,3         | 301          | 38          | 12          | 63          | 0,7         | 0,1        | 0,1         | 0,0        |
| 338       | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49           | 18          | 10          | 12          | 2,4         | 0,0        | 11,0        | 0,0        |
| 388       | Напиток из шиповника                                                   | 200    | 0,7         | 0,3         | 24,6         | 104          | 10          | 3           | 3           | 0,7         | 0,0        | 20,0        | 0,0        |
|           | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>9,7</b>  | <b>11,5</b> | <b>35,4</b>  | <b>454</b>   | <b>66</b>   | <b>25</b>   | <b>78</b>   | <b>3,8</b>  | <b>0,1</b> | <b>31,1</b> | <b>0,0</b> |
|           | <b>Итого:</b>                                                          |        | <b>62,9</b> | <b>68,1</b> | <b>228,9</b> | <b>1984</b>  | <b>420</b>  | <b>325</b>  | <b>769</b>  | <b>13,5</b> | <b>0,9</b> | <b>80,1</b> | <b>0,5</b> |
|           | <b>Пятница</b>                                                         |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
|           | Завтрак                                                                |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
| 271       | Биточки домашние                                                       | 100    | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 198          | 10          | 10          | 53          | 1,00        | 0,30       | 0,00        | 0,00       |
| 312       | Пюре картофельное                                                      | 180    | 3,8         | 6,3         | 14,5         | 130          | 46          | 33          | 99          | 1,18        | 0,01       | 0,36        | 0,06       |
| ТТК 243   | Кисель плодово-ягодный витаминизированный                              | 200    | 0,0         | 0,0         | 28,0         | 112          | 3           | 0           | 6           | 0,0         | 0,0        | 7,6         | 0,0        |
|           | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 25     | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 70           | 10          | 0           | 0           | 0,5         | 0,1        | 0,0         | 0,0        |
|           | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>19,6</b> | <b>18,1</b> | <b>66,9</b>  | <b>510</b>   | <b>69</b>   | <b>43</b>   | <b>158</b>  | <b>2,7</b>  | <b>0,4</b> | <b>8,0</b>  | <b>0,1</b> |
|           | Обед                                                                   |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
| 96        | Рассольник Ленинградский с зеленью                                     | 250    | 2,1         | 5,1         | 17,3         | 124          | 18          | 23          | 72          | 1,0         | 0,2        | 7,7         | 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                                                          | 110    | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49           | 18          | 10          | 12          | 2,4         | 0,0        | 11,0        | 0,0        |
| ТТК 89    | Компот из апельсинов                                                   | 200    | 0,2         | 0,1         | 17,0         | 69           | 9           | 3           | 6           | 0,1         | 0,0        | 15,0        | 0,0        |
|           | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/25  | 3,8         | 0,8         | 25,1         | 123          | 28          | 0           | 0           | 1,5         | 0,2        | 0,0         | 0,0        |
|           | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>27,5</b> | <b>24,0</b> | <b>109,5</b> | <b>764</b>   | <b>95</b>   | <b>59</b>   | <b>221</b>  | <b>6,9</b>  | <b>0,6</b> | <b>34,1</b> | <b>0,0</b> |
|           | Полдник                                                                |        |             |             |              |              |             |             |             |             |            |             |            |
| ТТК 376   | Пирожок печёный слоёный с картофелем, луком                            | 100    | 5,6         | 7,2         | 27,9         | 199          | 29          | 16          | 64          | 0,8         | 0,1        | 1,3         | 0,0        |
|           | Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"                                    | 200    | 2,0         | 1,0         | 22,0         | 100          | 0           | 0           | 0           | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,0        |

|         |                                                                        |        |        |        |        |         |      |      |       |       |      |       |      |
|---------|------------------------------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------|---------|------|------|-------|-------|------|-------|------|
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 7,6    | 8,2    | 49,9   | 299     | 29   | 16   | 64    | 0,8   | 0,1  | 1,3   | 0,0  |
|         | <b>Итого:</b>                                                          |        | 54,7   | 50,3   | 226,3  | 1573    | 193  | 118  | 443   | 10,3  | 1,1  | 43,4  | 0,1  |
|         | Суббота                                                                |        |        |        |        |         |      |      |       |       |      |       |      |
|         | <b>Завтрак</b>                                                         |        |        |        |        |         |      |      |       |       |      |       |      |
| 15      | Сыр порционно                                                          | 20     | 4,6    | 5,8    | 0,0    | 71      | 200  | 11   | 120   | 0,2   | 0,0  | 0,1   | 0,1  |
| 14      | Масло сливочное                                                        | 10     | 0,1    | 7,3    | 0,1    | 66      | 2    | 0    | 3     | 0,0   | 0,0  | 0,0   | 0,0  |
| 295     | Котлета куриная                                                        | 100    | 20,2   | 9,0    | 16,8   | 229     | 42   | 72   | 151   | 1,8   | 0,2  | 1,3   | 0,1  |
| 309     | Рожки отварные                                                         | 180    | 6,5    | 5,7    | 33,5   | 212     | 8    | 9    | 42    | 0,9   | 0,1  | 0,0   | 0,0  |
| 377     | Чай с лимоном                                                          | 200/7  | 0,3    | 0,1    | 10,3   | 43      | 8    | 5    | 10    | 0,9   | 0,0  | 2,9   | 0,0  |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 30     | 2,4    | 0,6    | 17,2   | 84      | 12   | 0    | 0     | 0,6   | 0,1  | 0,0   | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 34,1   | 28,5   | 77,9   | 705     | 272  | 97   | 326   | 4,4   | 0,4  | 4,3   | 0,2  |
|         | <b>Обед</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    | 0,10  | 0,17 | 0,26  | 0,04 |
| 302     | Каша гречневая рассыпчатая                                             | 180    | 10,2   | 8,8    | 44,1   | 296     | 18   | 161  | 242   | 5,40  | 0,25 | 0,00  | 0,03 |
| 306     | Горошек зелёный консервированный (доп. гарнир)                         | 30     | 0,9    | 0,1    | 2,0    | 12      | 6    | 6    | 19    | 0,21  | 0,00 | 3,00  | 0,00 |
| 342     | Компот из яблок                                                        | 200    | 0,2    | 0,2    | 13,9   | 58      | 7    | 4    | 4     | 0,9   | 0,0  | 4,1   | 0,0  |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/30  | 4,2    | 0,9    | 27,3   | 134     | 32   | 0    | 0     | 1,7   | 0,2  | 0,0   | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 31,0   | 31,5   | 111,7  | 854     | 116  | 203  | 389   | 9,1   | 0,8  | 20,4  | 0,1  |
|         | <b>Полдник</b>                                                         |        |        |        |        |         |      |      |       |       |      |       |      |
| ТТК 376 | Пирожок печёный сдобный с курагой                                      | 100    | 6,1    | 5,2    | 40,2   | 232     | 67   | 36   | 79    | 1,3   | 0,1  | 0,3   | 0,0  |
| 338     | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4    | 0,4    | 10,8   | 49      | 18   | 10   | 12    | 2,4   | 0,0  | 11,0  | 0,0  |
| 388     | Напиток из шиповника                                                   | 200    | 0,7    | 0,3    | 24,6   | 104     | 10   | 3    | 3     | 0,7   | 0,0  | 20,0  | 0,0  |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |        | 7,2    | 5,9    | 75,6   | 385     | 95   | 49   | 94    | 4,4   | 0,1  | 31,3  | 0,0  |
|         | <b>Итого:</b>                                                          |        | 72,3   | 65,9   | 265,2  | 1944    | 483  | 349  | 809   | 17,9  | 1,3  | 56,0  | 0,2  |
|         | Итого по меню:                                                         |        | 1464,2 | 1438,3 | 5303,7 | 40454,6 | 9152 | 4962 | 15084 | 317,1 | 25,3 | 904,0 | 36,5 |
|         | среднее за день                                                        |        | 61,0   | 59,9   | 221,0  | 1686    | 381  | 207  | 629   | 13,2  | 1,1  | 37,7  | 1,5  |

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