

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДАЮ»

Заместитель директора по производству

МБУ «Дирекция по организации питания»

Е.И. Корнева

2023 г.

Директор МБОУ «Школа № 15»
МБОУ «Школа № 15»
Д.С.



4-х недельное примерное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на первую четверть 2023-2024 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

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

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

Московского района школы №№ 21, 64, 64ф, 66, 69, 70, 74, 93, 115(1к), 115(2к), 118, 139, 146, 149, 172, 178, лицей №87, гимназия №67 Сорновского района школы №№ 9, 26, 27, 76, 77, 78, 81, 84, 85, 117, 117ф, 141, 183ф, лицей №82

Нижегородского района школы №№ 3, 7, 14, 19, 22, 30, 33, 35, 42, 102, 103, 113, лицей №№ 8, 40, 40ф, гимназии №№ 1, 1ф, 13ф Советского района школы №№ 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 151, 173, гимназии №№ 25, 53, лицей №28ф

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

Автозаводского района №№ 5, 6, 12, 15, 16, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 111, 114, 119, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161 169, 170, 171, 179, 190, лицеи №№ 36, 165, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

[illegible]

ТТК 52	Борщ "Нижегородский" мясной со сметаной, зеленью	260	7,5	5,3	8,6	11,2	35	36	78	1,6	0,1	11,3	0,0
ТТК 274	Ёжики "Аппетитные"	100/50	11,3	11,8	12,9	20,2	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1	0,1
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	50	0,6	0,1	1,9	11	7	10	13	0,5	0,0	12,5	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		26,3	23,2	83,0	646	125	89	250	5,4	0,5	29,9	0,1
	Полдник												
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	3,0	2,8	9,5	75	238	28	182	0,2	0,1	1,2	0,0
421	Сдоба обыкновенная	60	4,9	3,0	35,9	191	10	8	45	0,6	0,0	0,0	0,0
	Всего:		7,9	5,8	45,4	266	248	36	227	0,8	0,1	1,2	0,1
	Итого:		66,2	59,1	195,4	1664	825	211	973	12,0	0,9	47,9	0,2
	Среда												
	Завтрак												
	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
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	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
	Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		24,4	30,9	70,6	661	33	22	99	3,1	0,4	0,1	0,1
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,1	0,2	5,0	0,0
ТТК 426	Рыба запечённая	90	17,0	10,0	4,3	176	14	21	141	0,6	0,2	0,6	0,0
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	185	1	19	62	0,5	0,0	0,0	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		33,5	21,4	86,3	669	74	77	314	5,6	0,6	9,7	0,1
	Полдник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с картофелем и луком	75	4,2	5,4	20,9	149	22	12	48	0,6	0,1	1,0	0,0
	Всего:		10,2	11,8	30,3	269	262	40	228	0,8	0,4	18,0	0,2
	Итого:		68,1	64,1	187,2	1599	369	139	641	9,6	1,4	27,8	0,4
	Четверг												

[illegible]

	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		29,7	14,4	89,4	608	95	73	147	4,6	0,4	45,2	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
410	Ватрушка с творогом	85	21,0	15,3	37,5	372	73	26	283	2,9	0,2	0,1	0,2
	<i>Всего:</i>		26,6	20,3	59,5	528	315	56	471	3,1	0,3	1,9	0,2
	<i>Итого:</i>		77,8	60,1	221,9	1743	470	182	743	14,5	1,1	74,8	0,4
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
183	Каша молочная гречневая жидкая с маслом	200/5	9,0	8,5	35,3	253	176	99	244	2,8	0,2	1,8	0,0
	Йогурт "Растишка"	110	4,2	3,3	12,3	96	271	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
382	Какао с молоком	200	3,9	3,1	21,1	128	126	31	116	1,0	0,0	1,3	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		19,3	26,3	83,2	646	585	130	363	4,4	0,3	3,1	0,1
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	4,2	5,2	9,3	101	37	23	76	1,2	0,1	9,2	0,0
265	Плов из говядины	200	14,0	13,7	35,6	322	10	43	93	1,7	0,1	0,7	0,0
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	70	0,8	0,1	2,7	15	10	14	18	0,6	0,0	17,5	0,0
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,0	0,0	2,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		23,0	19,9	86,7	619	93	85	193	6,0	0,4	29,5	0,0
	Полдник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
ТТК 22	Плюшка московская	60	4,6	4,7	27,3	170	20	8	43	0,5	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		10,6	11,1	36,7	290	260	36	223	0,7	0,4	17,0	0,2
	<i>Итого:</i>		52,9	57,3	206,6	1555	938	251	779	11,1	1,0	49,6	0,3
	Вторник												
	Завтрак												
	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
15	Сыр порционно	20	4,6	5,8	0,0	71	200	11	120	0,2	0,0	0,1	0,1
223	Запеканка из творога со стуженным молоком	150/30	32,4	13,5	37,8	402	278	39	349	0,9	0,1	0,5	0,1
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,1	0,0	0,7	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0

	Всего:		41,5	32,1	74,3	752	550	57	517	1,7	0,2	1,2	0,2
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,1	0,2	5,0	0,0
ТТК 36	Тфтели мясные с сыром в томатном соусе	100/50	15,2	17,0	11,5	260	116	17	123	0,8	0,2	2,3	0,0
309	Рожки отварные	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
306/2015	Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	30	3,1	1,5	18,0	98	10	31	90	1,1	0,1	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		37,9	28,9	124,9	939	241	124	401	10,3	0,8	23,2	0,1
	Подник												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,2	0,1	1,8	0,0
ТТК 357	Маковый рулетик посыпной	85	7,4	9,3	36,3	258	32	10	54	0,6	0,1	0,1	0,0
	Всего:		13,0	14,3	58,3	414	274	40	242	0,8	0,1	1,9	0,1
	Итого:		92,4	75,3	257,5	2105	1065	221	1160	12,8	1,2	26,3	0,4
	Среда												
	Завтрак												
	Сыр плавленый порционно	17,5	1,5	3,9	1,1	45	35	6	123	0,1	0,0	0,1	0,0
ТТК 12	Жаркое с индейкой	200	9,5	16,2	18,2	256	87	34	129	2,0	0,0	7,7	0,0
	Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		16,0	23,9	51,7	487	137	44	260	3,5	0,1	7,9	0,0
	Обед												
	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,9	0,1	17,4	0,0
ТТК 198	Котлета рыбная "Оригинальная"	100	15,5	12,9	6,4	204	35	28	165	0,9	0,1	6,9	0,0
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	185	1	19	62	0,5	0,0	0,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	0,2	0,0	0,8	4	7	4	13	0,2	0,0	3,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		27,2	23,9	90,1	684	99	65	306	4,0	0,4	27,3	0,1
	Подник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
424	Булочка домашняя	50	3,6	5,7	23,6	160	7	5	28	0,4	0,0	0,0	0,0
	Всего:		9,6	12,1	33,0	280	247	33	208	0,6	0,3	17,0	0,2

Итого:	52,8	59,9	174,8	1451	483	142	774	8,1	0,8	52,2	0,2
Четверг											
Завтрак											
Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,1
Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/5	6,2	8,5	31,6	228	170	36	170	0,6	0,1	0,1
Пюре фруктовое	90	0,0	0,0	15,0	60	0	0	0	0,0	0,0	0,0
Какао с молоком	200	3,9	3,1	21,1	128	126	31	116	1,0	0,0	0,0
Батон витаминный с микроэлементами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0
Всего:		11,9	22,9	79,3	571	306	67	289	2,1	0,2	0,2
Обед											
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/260	4,7	5,4	16,8	135	23	26	102	1,2	0,1	0,0
Макаронник с мясом с маслом	200/5	21,0	21,2	39,6	434	19	21	123	1,8	0,2	0,0
Икра кабачковая (доп. гарнир)	60	0,7	2,8	4,6	47	19	8	18	0,5	0,0	0,0
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	0,0
Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,0
Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0
Всего:		31,8	30,8	114,0	892	146	90	289	8,9	0,6	0,0
Полдник											
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0
Плюшка московская	75	5,7	5,9	34,1	212	25	10	54	0,6	0,1	0,0
Всего:		7,7	6,9	56,1	312	25	10	54	0,6	0,1	0,0
Итого:		51,4	60,6	249,4	1775	477	167	632	11,6	0,8	0,2
Пятница											
Завтрак											
Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0
Бифштекс домашний	90	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,9	0,1	0,0
Рожки отварные	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0
Фрукты свежие	200	0,8	0,6	20,6	92	91	24	32	4,6	0,0	0,0
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,0
Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0
Всего:		16,7	28,8	92,1	696	119	46	110	7,6	0,3	0,0
Обед											
Суп молочный с вермишелью	250	5,8	4,8	21,6	153	154	21	131	0,5	0,1	0,0
Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,1	0,1	0,1
Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	0,1
Вафли	30	1,1	9,4	17,3	158	0	0	0	0,0	0,0	0,0

ТТК 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,1	0,0	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроулучителями/Батон витаминный с микроулучителями	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		37,8	36,9	103,5	898	238	138	386	5,1	0,5	8,4	0,2
	Подлинник												
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	3,0	2,8	9,5	75	238	28	182	0,2	0,1	1,2	0,0
421	Сдоба обыкновенная	65	5,3	3,4	38,9	207	11	8	49	0,7	0,1	0,0	0,0
	Всего:		8,3	6,2	48,4	282	249	36	231	0,9	0,2	1,2	0,1
	Итого:		62,8	71,9	244,0	1876	606	220	727	13,6	0,9	20,9	0,2
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
15	Сыр порционно	10	2,3	2,9	0,0	35	100	6	60	0,1	0,0	0,1	0,0
ТТК 57	Пудинг "Лакомка" со ступенным молоком	150/25	15,9	11,5	54,5	385	104	15	88	0,5	0,1	0,3	0,0
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	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 микроулучителями	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		21,3	26,5	94,0	699	248	40	178	5,3	0,2	18,3	0,2
	Обед												
ТТК 370	Суп сырный с грибами, зеленью	250/15	6,1	6,3	22,8	173	120	16	91	1,0	0,2	10,1	0,0
260	Гуляш из говядины	100	10,7	10,5	3,2	150	16	18	133	1,2	0,1	0,5	0,0
309	Вермишель отварная	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроулучителями/Батон витаминный с микроулучителями	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		26,7	22,6	103,7	727	178	54	275	5,0	0,6	25,6	0,1
	Подлинник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
ТТК 221	Плюшка с маком	50	4,1	4,4	21,8	143	17	6	36	0,4	0,0	0,0	0,0
	Всего:		10,1	10,8	31,2	263	257	34	216	0,6	0,3	17,0	0,2
	Итого:		58,1	59,9	228,9	1689	683	127	669	10,9	1,1	60,9	0,4
	Вторник												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
210	Омлет натуральный	150	13,9	14,4	3,4	199	124	20	245	2,6	0,1	0,7	0,1
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	35	0,4	0,1	1,3	9	5	7	9	0,3	0,0	8,8	0,0

338	Фрукты свежие	200	0,8	0,6	20,6	92	91	24	32	4,6	0,0	10,0	0,0
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,1	0,0	0,7	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		19,6	26,3	64,9	578	290	58	331	8,1	0,2	20,2	0,1
	Обед												
111/2004	Борщ "Сибирский" с мясом, со сметаной, зеленью	10/260	5,7	5,5	15,2	133	44	26	50	1,5	0,1	9,2	0,0
ТТК 56	Соте из индейки с овощами	200	14,3	10,9	16,0	220	24	30	67	2,0	0,2	39,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	70	0,6	0,1	1,8	10	16	10	29	0,4	0,0	7,0	0,0
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	0,0
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		25,7	18,2	97,4	657	146	83	166	9,4	0,5	90,2	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
410	Ватрушка с творогом	85	21,0	15,3	37,5	372	73	26	283	2,9	0,2	0,1	0,2
	Всего:		26,6	20,3	59,5	528	315	56	471	3,1	0,3	1,9	0,2
	Итого:		71,9	64,8	221,8	1763	751	197	968	20,5	0,9	112,3	0,4
	Среда												
	Завтрак												
	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
15	Сыр порционный	15	3,5	4,4	0,0	53	150	8	90	0,2	0,0	0,1	0,1
234	Биточки рыбные	90	14,4	12,0	13,6	220	43	24	143	1,0	0,1	0,3	0,0
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	30	0,5	1,5	3,6	30	13	4	8	0,2	0,0	8,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		23,9	34,6	53,9	621	261	68	334	3,7	0,3	13,6	0,2
	Обед												
112	Суп с вермишелью и картофелем, филе куриным, зеленью	10/250	5,6	3,0	15,0	108	15	32	77	1,0	0,1	6,1	0,0
265	Плов из говядины	200	14,0	13,7	35,6	322	10	43	93	1,7	0,1	0,7	0,0
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0

	Всего:		25,7	18,2	105,9	719	118	122	232	8,7	0,5	37,7	0,0
	Подлинник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
ТТК 376	Пирожок печёный слоёный с рисом яйцом	75	13,6	14,5	24,7	284	37	10	89	1,1	0,1	0,0	0,1
	Всего:		19,6	20,9	34,1	404	277	38	269	1,3	0,4	17,0	0,3
	Итого:		69,2	73,7	193,9	1744	656	228	835	13,7	1,1	68,3	0,5
	Четверт												
	Завтрак												
	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
188	Запеканка рисовая с творогом с вареньем	150/30	11,9	10,0	50,9	342	149	32	199	0,8	0,0	0,7	0,0
	Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
382	Какао с молоком	200	3,9	3,1	21,1	128	126	31	116	1,0	0,0	1,3	0,0
	Батон витаминный с микроулучшителями	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		20,8	27,7	94,5	714	287	63	318	2,4	0,1	2,0	0,1
	Обед												
157/2004	Сотленка домашняя со сметаной, зеленью	255	6,8	6,2	7,0	112	20	32	99	1,2	0,1	5,3	0,0
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,1	0,1	1,7	0,1
309	Вермишель отварная	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп. тарнир)	30	0,3	0,1	1,1	6	4	6	8	0,3	0,0	7,5	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Хлеб полезный с микроулучшителями/Батон витаминный с микроулучшителями	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		40,5	28,9	87,4	773	82	139	319	6,7	0,4	18,6	0,1
	Подлинник												
ТТК 376	Пирожок печеный слоёный с мясом луком	75	9,7	9,3	18,2	195	23	16	96	1,0	0,1	0,2	0,0
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Всего:		10,4	9,6	42,8	299	33	19	99	1,7	0,1	20,2	0,0
	Итого:		71,7	66,2	224,7	1786	402	221	736	10,8	0,7	40,7	0,2
	Пятница												
	Завтрак												
ТТК 500	Шиннель "Нежный" с маслом	90/5	15,1	15,9	12,0	252	10	29	74	1,2	0,2	0,3	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
71	Помидоры свежие (доп. тарнир)	55	0,6	0,1	1,9	11	7	10	13	0,5	0,0	12,5	0,0
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	0,0
700/2004	Напиток клюквенный (горячий напиток)	200	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,2	0,0	3,8	0,0
	Батон витаминный с микроулучшителями	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		26,9	24,5	95,4	711	70	190	308	10,1	0,6	31,6	0,0
	Обед												

99	Суп из овощей с мясом, сметаной, зеленью	10/255	4,3	4,7	9,5	97	22	21	47	1,0	0,1	11,9	0,0
284	Запеканка картофельная с мясом	200	16,1	13,3	21,7	271	20	46	151	2,0	0,2	4,5	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
	Вафли	30	1,1	9,4	17,3	158	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		27,2	31,2	93,6	794	129	97	244	5,5	0,5	33,3	0,0
	Полдник												
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	3,0	2,8	9,5	75	238	28	182	0,2	0,1	1,2	0,0
421	Слоба обыкновенная	60	4,9	3,0	35,9	191	10	8	45	0,6	0,0	0,0	0,0
	Всего:		7,9	5,8	45,4	266	248	36	227	0,8	0,1	1,2	0,1
	Итого:		61,9	61,5	234,4	1771	447	323	778	16,4	1,1	66,0	0,1
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
10/2004	Бутерброд горячий с сыром	45	7,2	11,0	11,5	173	249	13	145	0,4	0,2	0,0	0,0
182	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/5	5,3	7,0	30,0	205	151	30	149	0,4	0,0	1,6	0,2
	Йогурт "Растишка"	110	4,2	3,3	12,3	96	271	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,1	0,0	0,7	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		21,0	23,2	90,1	654	741	50	339	1,4	0,3	2,3	0,2
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/255	5,5	4,7	16,6	127	19	26	99	1,2	0,1	7,1	0,0
ТТК 55	Рагу из говядины	200	12,5	12,0	16,5	224	21	37	73	2,2	0,2	39,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	0,6	0,1	1,8	10	16	10	29	0,4	0,0	7,0	0,0
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,0	0,0	2,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		22,6	17,7	74,0	542	92	78	207	6,2	0,5	55,2	0,0
	Полдник												
ТТК 22	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
	Плюшка московская	60	4,6	4,7	27,3	170	20	8	43	0,1	0,1	0,0	0,0
	Всего:		10,6	11,1	36,7	290	260	36	223	0,3	0,4	17,0	0,2
	Итого:		54,2	52,0	200,8	1486	1093	164	769	7,9	1,1	74,5	0,4
	Вторник												

[illegible]

всего:	32,4	30,4	107,2	833	204	185	416	8,6	0,7	26,5	0,1
Полдник											
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂											
ТТК 376	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	75	4,6	4,0	30,1	174	50	27	1,0	0,1	0,0	0,0
		6,6	10,4	49,1	314	50	27	1,0	0,1	0,0	0,0
Всего:		73,3	66,6	288,6	1931	616	260	11,2	0,9	27,7	0,1
Итого:											
Четверг											
Завтрак											
14	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 552	200	13,2	16,8	37,0	352	80	6	0,8	0,0	0,0	0,0
	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	0,9	0,0	2,9	0,0
	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0,5	0,1	0,0	0,0
		18,4	26,8	71,8	605	98	11	2,2	0,1	2,9	0,0
Обед											
ТТК 370	10/250/15	6,9	6,8	22,7	183	121	21	1,3	0,3	10,1	0,0
ТТК 274	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	0,8	0,1	1,0	0,0
312	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	1,0	0,1	5,1	0,0
71	45	0,4	0,0	1,1	6	10	6	0,3	0,0	5,0	0,0
338	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	3,3	0,1	15,0	0,0
348	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	0,7	0,0	0,9	0,0
	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	1,5	0,2	0,0	0,0
		27,1	25,2	101,8	775	271	105	8,8	0,8	37,1	0,1
Полдник											
	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	0,2	0,3	17,0	0,2
424	50	3,6	5,7	23,6	160	7	5	0,4	0,1	0,0	0,0
		9,6	12,1	33,0	280	247	33	0,6	0,4	17,0	0,2
Всего:		55,1	64,1	206,6	1660	616	149	11,6	1,2	57,0	0,3
Итого:											
Пятница											
Завтрак											
	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	0,0	0,0	0,0	0,1
ТТК 499	90	14,6	7,9	5,2	156	8	20	0,9	0,1	0,5	0,0
304	150	3,7	6,3	28,5	185	1	19	0,5	0,0	0,0	0,0
71	45	0,5	0,1	1,7	10	6	9	0,4	0,0	11,3	0,0
338	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	3,3	0,1	15,0	0,0
376	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	0,9	0,0	0,1	0,0

Батон витаминный с микроэлементами												
Всего:	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
Обед		21,8	26,4	74,7	628	56	66	193	6,5	0,3	26,8	0,2
88	10/250	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,9	0,1	17,4	0,0
259	200	13,3	9,4	19,2	215	18	33	83	1,3	0,1	8,4	0,0
306	50	5,2	2,5	30,0	163	17	52	151	1,9	0,2	0,0	0,0
ТТК 206	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
Компот из ягод												
Хлеб полезный с микроэлементами/Батон												
витаминовый с микроэлементами												
Всего:	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
		26,5	16,7	93,2	628	102	107	309	5,8	0,6	30,3	0,0
Подлив												
386	200	3,0	2,8	9,5	75	238	28	182	0,2	0,1	1,2	0,0
421	60	4,9	3,0	35,9	191	10	8	45	0,6	0,0	0,0	0,0
Сдоба обыкновенная												
Всего:		7,9	5,8	45,4	266	248	36	227	0,8	0,1	1,2	0,1
Итого:		56,2	48,9	213,3	1522	406	209	729	13,1	0,9	58,3	0,2
Итого по меню:												
среднее за день		1294,3	1267,3	4358,7	34249	13038	4189	16231	253,9	20,5	1033,6	5,8
		64,7	63,4	217,9	1712	652	209	812	12,7	1,0	51,7	0,3

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