



Е.В. Пороховой  
2024 г.

2-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся средних и старших классов на декабрь 2024 года в общеобразовательных учреждениях:

Канавинского района школы № 41,51,52,55,75,96,109,109ф,110,121,167,168,168ф,176,181, гимназия №50  
Ленинского района № 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 № 21,64,66,69,70,73,74,93,115(1к),115(2к),118,139,146,149,172,178, лицей №87, гимназия №67  
Сормовского района № 9,26,27,76,77,78,81,84,85,117,117ф,141,183, лицей №82  
Нижегородского района № 3,7,14,19,22,30,33,35,42,102,103,113, гимназия №1, лицеи №№ 8,40  
Советского района № 18,24,29,44,46,47,49,54,122,151,173,188, гимназии №№ 25, 53  
Приокского района №11,32,34,45,48,88,88ф,89,132,134,135,135ф,140,152,154,174, гимназия №17  
Автозаводского района № 5,6,12,15,16,20,37,43,58,59,63,105,111,114,119,124,125,127,127ф,128,129,130,133,137,144,145,161  
169,170,171,179,190

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюд	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (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>												
	<b>Завтрак</b>												
ТТК 57	Пудинг "Лакомка" с клубничным вареньем	200/25	20,9	14,3	68,6	486	85	13	80	0,60	0,06	0,20	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>23,1</b>	<b>14,9</b>	<b>93,0</b>	<b>597</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>88</b>	<b>1,95</b>	<b>0,14</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>												
ТТК 370	Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	6,1	6,3	22,8	173	120	16	91	1,0	0,2	10,1	0,02
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,00	0,00	0,60	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>28,5</b>	<b>24,7</b>	<b>108,7</b>	<b>771</b>	<b>189</b>	<b>196</b>	<b>360</b>	<b>9,80</b>	<b>0,69</b>	<b>14,80</b>	<b>0,06</b>
	<b>Полдник</b>												
ТТК 141	Пицца сырная	100	14,4	17,1	35,3	353	388	31	289	0,80	0,10	0,27	0,03
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>15,1</b>	<b>17,4</b>	<b>59,9</b>	<b>457</b>	<b>398</b>	<b>34</b>	<b>292</b>	<b>1,45</b>	<b>0,11</b>	<b>20,27</b>	<b>0,03</b>
	<b>Итого:</b>		<b>66,7</b>	<b>57,0</b>	<b>261,6</b>	<b>1825</b>	<b>687</b>	<b>247</b>	<b>740</b>	<b>13,20</b>	<b>0,94</b>	<b>35,37</b>	<b>0,09</b>
	<b>Вторник</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,49	0,08	0,74	0,00
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,10	0,30	0,90	0,14
	Батон витаминный с микронутриентами	35	2,8	0,7	20,0	98	14	0	0	0,70	0,11	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>17,2</b>	<b>20,5</b>	<b>81,8</b>	<b>581</b>	<b>108</b>	<b>51</b>	<b>239</b>	<b>2,3</b>	<b>0,5</b>	<b>1,6</b>	<b>0,1</b>
	<b>Обед</b>												
102	Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	10,1	4,3	23,1	172	33	17	69	3,2	0,8	13,0	0,15
295	Котлета куриная	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,80	0,20	1,30	0,06
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>41,6</b>	<b>19,8</b>	<b>111,7</b>	<b>822</b>	<b>144</b>	<b>119</b>	<b>291</b>	<b>8,10</b>	<b>1,29</b>	<b>15,19</b>	<b>0,24</b>

	Полдник												
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 357/1	Маковый рулетик посыпной	65	5,7	7,1	27,7	197	25	8	42	0,40	0,05	0,05	0,01
	<b>Всего:</b>		<b>7,7</b>	<b>8,1</b>	<b>49,7</b>	<b>297</b>	<b>25</b>	<b>8</b>	<b>42</b>	<b>0,40</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>66,5</b>	<b>48,4</b>	<b>243,2</b>	<b>1700</b>	<b>277</b>	<b>178</b>	<b>572</b>	<b>10,79</b>	<b>1,83</b>	<b>16,88</b>	<b>0,39</b>
	<b>Среда</b>												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,01	0,00	0,04
15	Сыр порционнo	10	2,3	2,9	0,0	35	100	6	60	0,10	0,00	0,07	0,03
210	Омлет натуральный	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,46	0,09	0,98	0,02
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>23,3</b>	<b>30,0</b>	<b>29,3</b>	<b>480</b>	<b>285</b>	<b>38</b>	<b>401</b>	<b>4,97</b>	<b>0,18</b>	<b>3,95</b>	<b>0,09</b>
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25/15/250	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,8	0,1	0,7	0,02
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	1,99	0,17	8,16	0,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>24,1</b>	<b>13,9</b>	<b>82,7</b>	<b>553</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>205</b>	<b>4,94</b>	<b>0,48</b>	<b>28,86</b>	<b>0,02</b>
	Полдник												
ТТК 29	Булочка обсыпная с творогом	70	8,2	7,2	24,0	194	59	13	86	0,50	0,10	0,00	0,01
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,20	0,10	1,80	0,04
	<b>Всего:</b>		<b>13,8</b>	<b>12,2</b>	<b>46,0</b>	<b>350</b>	<b>301</b>	<b>43</b>	<b>274</b>	<b>0,70</b>	<b>0,20</b>	<b>1,80</b>	<b>0,05</b>
	<b>Итого:</b>		<b>61,2</b>	<b>56,1</b>	<b>158,0</b>	<b>1383</b>	<b>652</b>	<b>147</b>	<b>880</b>	<b>10,61</b>	<b>0,86</b>	<b>34,61</b>	<b>0,16</b>
	<b>Четверг</b>												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	16	23	1,09	0,05	0,58	0,01
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,03	0,00	7,60	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>14,9</b>	<b>15,7</b>	<b>78,4</b>	<b>528</b>	<b>37</b>	<b>25</b>	<b>71</b>	<b>2,53</b>	<b>0,20</b>	<b>8,18</b>	<b>0,04</b>
	Обед												
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	4,8	4,0	14,0	111	9	18	73	1,00	0,10	5,20	0,00
234	Биточки рыбные	100	13,0	10,5	15,5	208	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,40
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00

	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>25,6</b>	<b>21,7</b>	<b>79,2</b>	<b>613</b>	<b>150</b>	<b>98</b>	<b>356</b>	<b>5,83</b>	<b>0,51</b>	<b>6,06</b>	<b>4,46</b>
	Полдник												
ТТК 376	Пирожок печеный сдобный с мясом рисом	75	9,1	10,0	20,3	208	22	16	93	0,90	0,10	0,00	0,01
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>9,1</b>	<b>10,0</b>	<b>42,7</b>	<b>298</b>	<b>22</b>	<b>16</b>	<b>93</b>	<b>0,90</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>49,6</b>	<b>47,4</b>	<b>200,3</b>	<b>1439</b>	<b>209</b>	<b>139</b>	<b>520</b>	<b>9,26</b>	<b>0,81</b>	<b>14,24</b>	<b>4,51</b>
	Пятница												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 552	Индейка с булгуром	200	12,8	15,5	39,8	350	73	5	51	0,70	0,02	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,90	0,00	2,90	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>15,7</b>	<b>25,8</b>	<b>78,5</b>	<b>610</b>	<b>109</b>	<b>20</b>	<b>73</b>	<b>4,5</b>	<b>0,1</b>	<b>13,9</b>	<b>0,0</b>
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушёной, сметаной, зеленью	275	4,7	6,5	10,0	117	41	27	94	1,8	0,1	10,1	0,06
285	Макаронник с печенью	200	19,7	12,4	42,8	362	26	26	291	6,20	0,40	0,70	0,20
101/2004	Икра кабачковая	65	0,8	3,0	5,0	51	21	9	20	0,5	0,0	6,0	0,00
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,00	0,00	2,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>29,2</b>	<b>22,8</b>	<b>96,9</b>	<b>711</b>	<b>124</b>	<b>67</b>	<b>411</b>	<b>11,00</b>	<b>0,67</b>	<b>18,88</b>	<b>0,26</b>
	Полдник												
ТТК 141	Пицца сырная	100	14,4	17,1	35,3	353	388	31	289	0,80	0,10	0,27	0,03
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>15,1</b>	<b>17,4</b>	<b>59,9</b>	<b>457</b>	<b>398</b>	<b>34</b>	<b>292</b>	<b>1,45</b>	<b>0,11</b>	<b>20,27</b>	<b>0,03</b>
	<b>Итого:</b>		<b>60,0</b>	<b>66,0</b>	<b>235,3</b>	<b>1778</b>	<b>631</b>	<b>121</b>	<b>776</b>	<b>16,95</b>	<b>0,88</b>	<b>53,05</b>	<b>0,29</b>
	Суббота												
	Завтрак												
ТТК 163/2	Филе куриное с персиками	100	22,6	13,6	5,0	233	141	80	226	1,20	0,06	1,58	0,08
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>31,3</b>	<b>19,9</b>	<b>62,9</b>	<b>556</b>	<b>164</b>	<b>93</b>	<b>276</b>	<b>3,5</b>	<b>0,2</b>	<b>1,7</b>	<b>0,1</b>



14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
265	Плов из говядины	200	12,7	12,8	36,0	309	9	42	189	1,61	0,08	0,72	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	45	3,2	1,1	22,5	108	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>16,2</b>	<b>20,2</b>	<b>70,8</b>	<b>523</b>	<b>14</b>	<b>46</b>	<b>197</b>	<b>2,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</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	0,01
234	Котлета рыбная	100	13,0	10,5	15,5	208	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,40
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>23,3</b>	<b>20,6</b>	<b>75,7</b>	<b>621</b>	<b>175</b>	<b>123</b>	<b>374</b>	<b>5,05</b>	<b>0,72</b>	<b>1,75</b>	<b>4,47</b>
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащенный кальцием и витамином В <sub>2</sub>	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 22	Плюшка Московская	65	4,9	5,1	29,6	184	22	8	47	0,54	0,05	0,16	0,03
	<b>Всего:</b>		<b>6,9</b>	<b>11,5</b>	<b>48,6</b>	<b>324</b>	<b>22</b>	<b>8</b>	<b>47</b>	<b>0,54</b>	<b>0,05</b>	<b>0,16</b>	<b>0,03</b>
	<b>Итого:</b>		<b>46,4</b>	<b>52,3</b>	<b>195,1</b>	<b>1468</b>	<b>211</b>	<b>177</b>	<b>618</b>	<b>8,05</b>	<b>0,85</b>	<b>2,73</b>	<b>4,50</b>
	<b>Среда</b>												
	Завтрак												
ТТК 67	Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	13,2	10,6	3,3	161	156	16	99	1,10	0,00	0,60	0,03
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,10	0,30	0,90	0,14
	Батон, обогащенный йодоказеином	35	2,5	0,9	17,5	84	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>28,6</b>	<b>22,2</b>	<b>87,4</b>	<b>659</b>	<b>259</b>	<b>187</b>	<b>404</b>	<b>6,60</b>	<b>0,55</b>	<b>1,50</b>	<b>0,20</b>
	Обед												
111/2004	Борщ "Сибирский" с говядиной тушёной, со сметаной, зеленью	275	5,0	6,4	10,2	119	39	25	87	1,7	0,2	9,2	0,01
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	200	7,2	6,3	37,2	236	9	10	47	1,00	1,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/40	4,6	1,3	30,8	149	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>30,9</b>	<b>25,4</b>	<b>98,6</b>	<b>745</b>	<b>84</b>	<b>50</b>	<b>197</b>	<b>5,57</b>	<b>1,57</b>	<b>12,10</b>	<b>0,01</b>
	Полдник												
ТТК 376	Пирожок печеный сдобный с мясом рисом	75	9,1	10,0	20,3	208	22	16	93	0,90	0,10	0,00	0,01

389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>9,1</b>	<b>10,0</b>	<b>42,7</b>	<b>298</b>	<b>22</b>	<b>16</b>	<b>93</b>	<b>0,90</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>68,6</b>	<b>57,6</b>	<b>228,7</b>	<b>1702</b>	<b>365</b>	<b>253</b>	<b>694</b>	<b>13,07</b>	<b>2,22</b>	<b>13,60</b>	<b>0,22</b>
<b>Четверг</b>													
<b>Завтрак</b>													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,04
ТТК 147	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	250/5	7,7	8,5	37,2	257	208	44	211	0,77	0,07	2,20	0,04
	Кисломолочный продукт "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
382	Какао с молоком	200	3,6	3,0	20,8	124	124	27	109	0,80	0,00	1,30	0,02
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>15,6</b>	<b>22,5</b>	<b>76,1</b>	<b>570</b>	<b>334</b>	<b>71</b>	<b>323</b>	<b>1,6</b>	<b>0,1</b>	<b>3,5</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>													
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	260	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,90	0,10	17,40	0,00
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>36,0</b>	<b>27,7</b>	<b>67,8</b>	<b>691</b>	<b>142</b>	<b>157</b>	<b>367</b>	<b>5,9</b>	<b>0,3</b>	<b>20,3</b>	<b>0,1</b>
<b>Полдник</b>													
ТТК 27	Хачапури	75	9,6	11,3	20,9	224	217	19	153	0,53	0,05	0,04	0,02
700/2004	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,20	0,00	3,80	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>9,7</b>	<b>11,4</b>	<b>36,8</b>	<b>289</b>	<b>221</b>	<b>23</b>	<b>156</b>	<b>0,73</b>	<b>0,05</b>	<b>3,84</b>	<b>0,02</b>
	<b>Итого:</b>		<b>61,3</b>	<b>61,6</b>	<b>180,7</b>	<b>1550</b>	<b>697</b>	<b>251</b>	<b>846</b>	<b>8,17</b>	<b>0,43</b>	<b>27,66</b>	<b>0,26</b>
<b>Пятница</b>													
<b>Завтрак</b>													
ТТК 51	Биточки "Школьные"	100	16,5	17,1	9,3	257	32	16	107	1,20	0,20	0,20	0,03
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	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>25,0</b>	<b>23,8</b>	<b>73,7</b>	<b>607</b>	<b>63</b>	<b>39</b>	<b>169</b>	<b>5,36</b>	<b>0,27</b>	<b>11,30</b>	<b>0,06</b>
<b>Обед</b>													
101	Суп картофельный с рисом рыбными консервами, зеленью	270	5,4	6,7	17,4	152	14	25	62	0,9	0,1	8,3	0,00
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	1,99	0,17	8,16	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00

	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>18,9</b>	<b>19,6</b>	<b>69,5</b>	<b>528</b>	<b>59</b>	<b>73</b>	<b>236</b>	<b>4,05</b>	<b>0,36</b>	<b>20,96</b>	<b>0,00</b>
	Полдник												
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 357/1	Маковый рулетик посыпной	65	5,7	7,1	27,7	197	25	8	42	0,40	0,05	0,05	0,01
	<b>Всего:</b>		<b>7,7</b>	<b>8,1</b>	<b>49,7</b>	<b>297</b>	<b>25</b>	<b>8</b>	<b>42</b>	<b>0,40</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>51,6</b>	<b>51,5</b>	<b>192,9</b>	<b>1432</b>	<b>147</b>	<b>120</b>	<b>447</b>	<b>9,81</b>	<b>0,68</b>	<b>32,31</b>	<b>0,07</b>
	<b>Суббота</b>												
	Завтрак												
278	Тефтели мясные в соусе	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,20	0,30	0,00
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	0,03	0,00	7,60	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>19,6</b>	<b>24,6</b>	<b>86,7</b>	<b>644</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>151</b>	<b>0,75</b>	<b>0,23</b>	<b>7,90</b>	<b>0,04</b>
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,14	0,23	5,00	0,00
285	Макаронник с печеню	200	19,7	12,4	42,8	362	26	26	291	6,20	0,40	0,70	0,20
101/2004	Икра кабачковая	65	0,8	3,0	5,0	51	21	9	20	0,5	0,0	6,0	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>32,5</b>	<b>20,3</b>	<b>105,5</b>	<b>731</b>	<b>89</b>	<b>68</b>	<b>418</b>	<b>9,82</b>	<b>0,74</b>	<b>11,70</b>	<b>0,20</b>
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащенный кальцием и витамином В <sub>2</sub>	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 22	Плюшка Московская	65	4,9	5,1	29,6	184	22	8	47	0,50	0,10	0,20	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>6,9</b>	<b>11,5</b>	<b>48,6</b>	<b>324</b>	<b>22</b>	<b>8</b>	<b>47</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>59,0</b>	<b>56,4</b>	<b>240,8</b>	<b>1699</b>	<b>147</b>	<b>112</b>	<b>616</b>	<b>11,07</b>	<b>1,07</b>	<b>19,80</b>	<b>0,24</b>
	Итого по меню:		726,3	679,6	2598,6	19489	5346	2136	8365	132,8	12,4	284,7	11,2
	среднее за день		60,5	56,6	216,6	1624	446	178	697	11,07	1,04	23,73	0,94

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



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 726890861408610707646499642787991539916156533272

Владелец Миронов Станислав Викторович

Действителен с 15.02.2024 по 14.02.2025