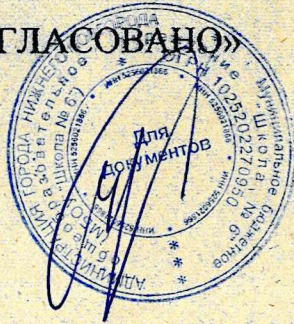


«СОГЛАСОВАНО»



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ «Дирекция по организации питания»

Е.В. Пороховой

«16» декабря

2024 г.



2-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов с 16 декабря 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 школы № 60,62,72,91,94,97,100,101,106,120,123, 138,160,175,177,182(1к),182(2к),185ф, гимназия №184, лицей №180  
Московского района школы № 21,64,64ф,66,69,70,73,74,93,115(1к),115(2к),118,139,146,149,172,178, лицей №87, гимназия №67  
Сормовского района школы № 9,26,27,76,77,78,81,84,85,117,117ф,141,183ф, лицей №82  
Нижегородского района школы № 3,7,14,19,22,30,33,35,42,102,103,113, лицеи №№ 8,40,40ф, гимназии №№1,1ф,13ф  
Советского района школы № 18,24,29,44,46,47,49,54,122,151,173,188, 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»

| № рецептуры по Сборнику блюд 2015г. | Наименование блюд  | Выход порции (г) | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность | Микроэлементы (мг) |            |            |             | Витамины (мг)  |             |            |
|-------------------------------------|--|------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------------|------------|------------|-------------|----------------|-------------|------------|
|                                     |  |                  | белки            | жиры        | углеводы     |                         | Ca                 | Mg         | P          | Fe          | B <sub>1</sub> | C           | A          |
| <b>Первая неделя</b>                |  |                  |                  |             |              |                         |                    |            |            |             |                |             |            |
| <b>Понедельник</b>                  |  |                  |                  |             |              |                         |                    |            |            |             |                |             |            |
| <b>Завтрак</b>                      |  |                  |                  |             |              |                         |                    |            |            |             |                |             |            |
| 14                                  | Масло шоколадное   | 15               | 0,2              | 9,3         | 3,3          | 98                      | 0                  | 0          | 0          | 0,0         | 0,0            | 0,0         | 0,00       |
| ТТК 57                              | Пудинг "Лакомка" с клубничным вареньем                               | 150/30           | 14,1             | 12,6        | 56,4         | 379                     | 12                 | 5          | 23         | 0,4         | 0,0            | 0,2         | 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          | 0,9         | 0,0            | 0,1         | 0,00       |
|                                     | Батон витаминный с микронутриентами                                  | 23               | 1,8              | 0,5         | 13,2         | 64                      | 10                 | 0          | 0          | 0,5         | 0,1            | 0,0         | 0,00       |
|                                     | <b>Всего:</b>  |                  | <b>16,7</b>      | <b>22,9</b> | <b>93,8</b>  | <b>631</b>              | <b>45</b>          | <b>19</b>  | <b>43</b>  | <b>4,2</b>  | <b>0,1</b>     | <b>11,3</b> | <b>0,0</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         | 1,0         | 0,0            | 0,6         | 0,01       |
| 302                                 | Каша гречневая рассыпчатая   | 150              | 8,5              | 7,3         | 36,6         | 246                     | 15                 | 133        | 201        | 4,5         | 0,2            | 0,0         | 0,00       |
| 389                                 | Сок фруктовый  | 200              | 0,0              | 0,0         | 22,4         | 90                      | 0                  | 0          | 0          | 0,0         | 0,0            | 0,0         | 0,00       |
|                                     | Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами | 25/50            | 5,8              | 1,3         | 39,4         | 193                     | 38                 | 0          | 0          | 2,0         | 0,3            | 0,0         | 0,00       |
|                                     | <b>Всего:</b>  |                  | <b>28,6</b>      | <b>23,5</b> | <b>124,0</b> | <b>823</b>              | <b>189</b>         | <b>164</b> | <b>315</b> | <b>8,4</b>  | <b>0,7</b>     | <b>10,7</b> | <b>0,0</b> |
| <b>Полдник</b>                      |  |                  |                  |             |              |                         |                    |            |            |             |                |             |            |
| 386                                 | Йогурт фруктовый питьевой  | 200              | 3,0              | 2,8         | 9,5          | 75                      | 238                | 28         | 182        | 0,2         | 0,1            | 1,2         | 0,04       |
| ТТК 246                             | Плюшка с сахаром   | 80               | 5,3              | 8,0         | 38,8         | 248                     | 8                  | 8          | 41         | 0,6         | 0,1            | 0,0         | 0,00       |
|                                     | <b>Всего:</b>  |                  | <b>8,3</b>       | <b>10,8</b> | <b>48,3</b>  | <b>323</b>              | <b>246</b>         | <b>36</b>  | <b>223</b> | <b>0,8</b>  | <b>0,1</b>     | <b>1,2</b>  | <b>0,0</b> |
|                                     | <b>Итого:</b>  |                  | <b>53,6</b>      | <b>57,2</b> | <b>266,1</b> | <b>1777</b>             | <b>480</b>         | <b>219</b> | <b>581</b> | <b>13,5</b> | <b>1,0</b>     | <b>23,3</b> | <b>0,1</b> |
| <b>Вторник</b>                      |  |                  |                  |             |              |                         |                    |            |            |             |                |             |            |
| <b>Завтрак</b>                      |  |                  |                  |             |              |                         |                    |            |            |             |                |             |            |
| 14                                  | Масло сливочное  | 15               | 0,1              | 10,9        | 0,2          | 99                      | 4                  | 0          | 5          | 0,0         | 0,0            | 0,0         | 0,06       |
| 15                                  | Сыр порционно  | 25               | 5,7              | 7,3         | 0,0          | 88                      | 250                | 14         | 150        | 0,3         | 0,0            | 0,2         | 0,07       |
| 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         | 0,20       |
|                                     | Кисломолочный продукт "Биолакт"                                      | 100              | 2,8              | 3,2         | 8,0          | 75                      | 0                  | 0          | 0          | 0,0         | 0,0            | 0,0         | 0,00       |
| ТТК 245                             | Кофейный напиток витаминизированный                                  | 200              | 2,7              | 1,9         | 22,5         | 118                     | 85                 | 10         | 63         | 0,1         | 0,3            | 0,9         | 0,14       |
|                                     | Батон витаминный с микронутриентами                                  | 35               | 2,8              | 0,7         | 20,0         | 98                      | 14                 | 0          | 0          | 0,7         | 0,1            | 0,0         | 0,00       |
|                                     | <b>Всего:</b>  |                  | <b>19,4</b>      | <b>31,0</b> | <b>80,7</b>  | <b>683</b>              | <b>504</b>         | <b>54</b>  | <b>367</b> | <b>1,5</b>  | <b>0,4</b>     | <b>2,7</b>  | <b>0,5</b> |
| <b>Обед</b>                         |  |                  |                  |             |              |                         |                    |            |            |             |                |             |            |
| 102                                 | Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью                           | 260              | 8,8              | 4,1         | 14,5         | 127                     | 24                 | 33         | 107        | 2,1         | 0,2            | 5,0         | 0,00       |
| 295                                 | Котлета куриная  | 100              | 20,2             | 9,0         | 16,8         | 229                     | 42                 | 72         | 151        | 1,80        | 0,20           | 1,30        | 0,06       |



|          |  |       |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|----------|--|-------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|
| 10/2004  | Бутерброд горячий с сыром  | 45    | 7,2         | 11,0        | 11,5         | 173         | 249        | 13         | 145        | 0,4         | 0,2        | 0,0         | 0,00        |
| ТТК 147  | Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом                                     | 200/5 | 6,2         | 8,5         | 31,6         | 228         | 170        | 36         | 170        | 0,6         | 0,1        | 1,8         | 0,10        |
|          | Кисломолочный продукт "Биолакт"  | 100   | 2,8         | 3,2         | 8,0          | 75          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
| 382      | Какао с молоком  | 200   | 3,6         | 3,0         | 20,8         | 124         | 124        | 27         | 109        | 0,8         | 0,0        | 1,3         | 0,02        |
|          | Батон витаминный с микронутриентами  | 35    | 2,8         | 0,7         | 20,0         | 98          | 14         | 0          | 0          | 0,7         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |       | <b>22,6</b> | <b>26,4</b> | <b>91,9</b>  | <b>698</b>  | <b>557</b> | <b>76</b>  | <b>424</b> | <b>2,5</b>  | <b>0,4</b> | <b>3,1</b>  | <b>0,12</b> |
|          | Обед   |       |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 112      | Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью                             | 260   | 4,8         | 4,0         | 14,0         | 111         | 9          | 18         | 73         | 1,0         | 0,1        | 5,2         | 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  | 150   | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 108         | 38         | 28         | 82         | 1,0         | 0,1        | 5,1         | 0,10        |
| 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          | 0,9         | 0,0        | 0,1         | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами       | 25/39 | 5,0         | 1,1         | 33,7         | 165         | 34         | 0          | 0          | 1,5         | 0,2        | 0,0         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |       | <b>26,5</b> | <b>21,3</b> | <b>96,2</b>  | <b>682</b>  | <b>166</b> | <b>103</b> | <b>351</b> | <b>8,1</b>  | <b>0,6</b> | <b>21,8</b> | <b>4,5</b>  |
|          | Полдник  |       |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 389      | Сок фруктовый  | 200   | 0,0         | 0,0         | 22,4         | 90          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
|          | Печенье  | 50    | 2,5         | 11,0        | 31,5         | 235         | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |       | <b>2,5</b>  | <b>11,0</b> | <b>53,9</b>  | <b>325</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>   | <b>0</b>   | <b>0,0</b>  | <b>0,0</b> | <b>0,0</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>  |       | <b>51,6</b> | <b>58,7</b> | <b>242,0</b> | <b>1705</b> | <b>723</b> | <b>179</b> | <b>775</b> | <b>10,6</b> | <b>0,9</b> | <b>24,9</b> | <b>4,62</b> |
|          | <b>Пятница</b>   |       |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|          | Завтрак  |       |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| ТТК 42   | Котлета куриная с сыром  | 90    | 11,9        | 8,1         | 7,9          | 152         | 169        | 39         | 102        | 0,8         | 0,1        | 0,3         | 0,02        |
| 304      | Рис отварной   | 150   | 3,7         | 6,3         | 28,5         | 185         | 1          | 19         | 62         | 0,5         | 0,0        | 0,0         | 0,03        |
|          | Пюре яблочное  | 125   | 0,0         | 0,0         | 13,8         | 55          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
| 377      | Чай с лимоном  | 200/7 | 0,3         | 0,1         | 10,3         | 43          | 8          | 5          | 10         | 0,9         | 0,0        | 2,9         | 0,00        |
|          | Батон витаминный с микронутриентами  | 45    | 3,6         | 0,9         | 25,7         | 126         | 18         | 0          | 0          | 0,9         | 0,2        | 0,0         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>  |       | <b>19,5</b> | <b>15,4</b> | <b>86,2</b>  | <b>561</b>  | <b>196</b> | <b>63</b>  | <b>174</b> | <b>3,1</b>  | <b>0,3</b> | <b>3,2</b>  | <b>0,1</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        | 6,2         | 0,4        | 0,7         | 0,20        |
| 101/2004 | Икра кабачковая (доп. гарнир)  | 65    | 0,8         | 3,0         | 5,0          | 51          | 21         | 9          | 20         | 0,5         | 0,0        | 6,0         | 0,00        |
|          | Кондитерское изделие   | 18    | 0,8         | 4,5         | 11,9         | 92          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
| 342      | Компот из груши  | 200   | 0,2         | 0,1         | 14,0         | 58          | 8          | 5          | 6          | 1,0         | 0,0        | 2,1         | 0,00        |

|         |  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|---------|--|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами | 25/50  | 5,8         | 1,3         | 39,4         | 193         | 38         | 0          | 0          | 2,0         | 0,3        | 0,0         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>  |        | <b>32,0</b> | <b>27,8</b> | <b>123,1</b> | <b>873</b>  | <b>134</b> | <b>67</b>  | <b>411</b> | <b>11,5</b> | <b>0,7</b> | <b>18,9</b> | <b>0,26</b> |
|         | <b>Полдник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|         | Молоко витаминизированное  | 200    | 6,0         | 6,4         | 9,4          | 120         | 240        | 28         | 180        | 0,2         | 0,3        | 17,0        | 0,18        |
| 421     | Сдоба обыкновенная   | 50     | 4,1         | 3,3         | 29,9         | 165         | 8          | 6          | 37         | 0,5         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>  |        | <b>10,1</b> | <b>9,7</b>  | <b>39,3</b>  | <b>285</b>  | <b>248</b> | <b>34</b>  | <b>217</b> | <b>0,7</b>  | <b>0,4</b> | <b>17,0</b> | <b>0,18</b> |
|         | <b>Итого:</b>  |        | <b>61,6</b> | <b>52,9</b> | <b>248,6</b> | <b>1719</b> | <b>578</b> | <b>164</b> | <b>802</b> | <b>15,3</b> | <b>1,4</b> | <b>39,0</b> | <b>0,49</b> |
|         | Вторая неделя  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|         | <b>Понедельник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|         | <b>Завтрак</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 14      | Масло шоколадное   | 10     | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 65          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
| 182     | Каша молочная пшеничная жидкая с маслом                              | 200/5  | 6,4         | 7,6         | 28,3         | 207         | 155        | 38         | 170        | 0,8         | 0,1        | 1,6         | 0,00        |
| 338     | Фрукты свежие  | 200    | 0,8         | 0,6         | 20,1         | 90          | 89         | 23         | 31         | 4,5         | 0,0        | 9,8         | 0,00        |
| 382     | Какао с молоком  | 200    | 3,6         | 3,0         | 20,8         | 124         | 124        | 27         | 109        | 0,8         | 0,0        | 1,3         | 0,02        |
|         | Батон, обогащенный йодоказеином                                      | 25     | 1,8         | 0,6         | 12,5         | 60          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>  |        | <b>12,7</b> | <b>18,0</b> | <b>83,9</b>  | <b>546</b>  | <b>368</b> | <b>88</b>  | <b>310</b> | <b>6,1</b>  | <b>0,1</b> | <b>12,7</b> | <b>0,02</b> |
|         | <b>Обед</b>  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 96      | Рассольник Ленинградский с мясом, зеленью                            | 260    | 4,6         | 4,0         | 16,4         | 119         | 15         | 26         | 96         | 1,2         | 0,1        | 7,1         | 0,01        |
| 260     | Гуляш из говядины  | 100    | 8,2         | 8,6         | 2,8          | 121         | 16         | 15         | 23         | 1,0         | 0,0        | 0,6         | 0,01        |
| 309     | Рожки отварные   | 150    | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 178         | 6          | 8          | 35         | 0,8         | 0,1        | 0,0         | 0,02        |
| ТТК 243 | Кисель плодово-ягодный витаминизированный                            | 200    | 0,0         | 0,0         | 28,0         | 112         | 3          | 0          | 6          | 0,0         | 0,0        | 7,6         | 0,00        |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином     | 25/40  | 4,6         | 1,3         | 30,8         | 149         | 18         | 0          | 0          | 1,0         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>  |        | <b>22,8</b> | <b>18,8</b> | <b>105,9</b> | <b>679</b>  | <b>58</b>  | <b>49</b>  | <b>160</b> | <b>3,9</b>  | <b>0,3</b> | <b>15,3</b> | <b>0,04</b> |
|         | <b>Полдник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 386     | Кисломолочный напиток "Снежок"                                       | 200    | 5,6         | 5,0         | 22,0         | 156         | 242        | 30         | 188        | 0,2         | 0,1        | 1,8         | 0,04        |
| ТТК 376 | Ватрушка с творогом  | 75     | 18,5        | 13,5        | 33,1         | 328         | 64         | 23         | 250        | 2,6         | 0,1        | 0,1         | 0,20        |
|         | <b>Всего:</b>  |        | <b>24,1</b> | <b>18,5</b> | <b>55,1</b>  | <b>484</b>  | <b>306</b> | <b>53</b>  | <b>438</b> | <b>2,8</b>  | <b>0,2</b> | <b>1,9</b>  | <b>0,24</b> |
|         | <b>Итого:</b>  |        | <b>59,5</b> | <b>55,3</b> | <b>244,9</b> | <b>1709</b> | <b>732</b> | <b>190</b> | <b>908</b> | <b>12,8</b> | <b>0,6</b> | <b>29,9</b> | <b>0,30</b> |
|         | <b>Вторник</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|         | <b>Завтрак</b>   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 14      | Масло сливочное  | 10     | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 66          | 2          | 0          | 3          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,04        |
| 223     | Запеканка из творога со сгущённым молоком                            | 150/30 | 25,7        | 20,1        | 38,2         | 437         | 306        | 41         | 373        | 1,0         | 0,1        | 0,5         | 0,08        |
| 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          | 0,9         | 0,0        | 0,1         | 0,00        |
|         | Батон, обогащенный йодоказеином                                      | 25     | 1,8         | 0,6         | 12,5         | 60          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |

|          |   |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|----------|---|--------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|
| .        | <b>Всего:</b>   |              | <b>28,2</b> | <b>28,5</b> | <b>71,7</b>  | <b>653</b>  | <b>331</b> | <b>55</b>  | <b>396</b> | <b>4,3</b>  | <b>0,1</b> | <b>11,6</b> | <b>0,12</b> |
|          | Обед  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 278/2022 | Суп куриный с зеленью   | <b>250</b>   | 2,3         | 3,0         | 11,7         | 96          | 16         | 26         | 70         | 0,9         | 0,4        | 0,1         | 0,01        |
| 234      | Котлета рыбная  | <b>100</b>   | 13,0        | 10,5        | 15,5         | 208         | 62         | 43         | 176        | 1,3         | 0,2        | 0,4         | 4,40        |
| 312      | Пюре картофельное   | <b>150</b>   | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 108         | 38         | 28         | 82         | 1,0         | 0,1        | 5,1         | 0,10        |
| ТТК 275  | Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)   | <b>70</b>    | 1,1         | 3,6         | 8,5          | 71          | 30         | 10         | 19         | 0,4         | 0,0        | 18,6        | 0,00        |
| 348      | Компот из кураги  | <b>200</b>   | 1,0         | 0,0         | 13,2         | 86          | 33         | 21         | 29         | 0,7         | 0,0        | 0,9         | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином | <b>25/40</b> | 4,6         | 1,3         | 30,8         | 149         | 18         | 0          | 0          | 1,0         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>   |              | <b>25,1</b> | <b>23,6</b> | <b>91,8</b>  | <b>718</b>  | <b>197</b> | <b>128</b> | <b>376</b> | <b>5,3</b>  | <b>0,8</b> | <b>25,1</b> | <b>4,51</b> |
|          | Полдник   |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|          | Сочник с фруктовой начинкой                                     | <b>70</b>    | 3,5         | 10,9        | 43,3         | 289         | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
| 342      | Компот из груши   | <b>200</b>   | 0,2         | 0,1         | 14,0         | 58          | 8          | 5          | 6          | 1,0         | 0,0        | 2,1         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>   |              | <b>3,7</b>  | <b>11,0</b> | <b>57,3</b>  | <b>347</b>  | <b>8</b>   | <b>5</b>   | <b>6</b>   | <b>1,0</b>  | <b>0,0</b> | <b>2,1</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>   |              | <b>57,0</b> | <b>63,1</b> | <b>220,8</b> | <b>1718</b> | <b>536</b> | <b>188</b> | <b>778</b> | <b>10,6</b> | <b>0,9</b> | <b>38,8</b> | <b>4,63</b> |
|          | <b>Среда</b>  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|          | Завтрак   |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 14       | Масло шоколадное  | <b>10</b>    | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 65          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
| ТТК 67   | Бефстроганов из индейки в сырном соусе                          | <b>100</b>   | 13,2        | 10,6        | 3,3          | 161         | 156        | 16         | 99         | 1,1         | 0,0        | 0,6         | 0,03        |
| 302      | Каша гречневая рассыпчатая                                      | <b>150</b>   | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 246         | 15         | 133        | 201        | 4,5         | 0,2        | 0,0         | 0,00        |
| ТТК 245  | Кофейный напиток витаминизированный                             | <b>200</b>   | 2,7         | 1,9         | 22,5         | 118         | 85         | 10         | 63         | 0,1         | 0,3        | 0,9         | 0,14        |
|          | Батон, обогащенный йодоказеином                                 | <b>40</b>    | 2,8         | 1,0         | 20,0         | 96          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>   |              | <b>27,3</b> | <b>27,0</b> | <b>84,6</b>  | <b>686</b>  | <b>256</b> | <b>159</b> | <b>363</b> | <b>5,7</b>  | <b>0,5</b> | <b>1,5</b>  | <b>0,17</b> |
|          | Обед  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 111/2004 | Борщ "Сибирский" с говядиной тушёной, со сметаной, зеленью      | <b>275</b>   | 5,0         | 6,4         | 10,2         | 119         | 39         | 25         | 87         | 1,7         | 0,2        | 9,2         | 0,01        |
| 271      | Биточки домашние  | <b>100</b>   | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 198         | 10         | 10         | 53         | 1,0         | 0,3        | 0,0         | 0,00        |
| 309      | Вермишель отварная  | <b>150</b>   | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 178         | 6          | 8          | 35         | 0,8         | 0,1        | 0,0         | 0,02        |
| 338      | Фрукты свежие   | <b>110</b>   | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,4         | 0,0        | 11,0        | 0,00        |
| 377      | Чай с лимоном   | <b>200/7</b> | 0,3         | 0,1         | 10,3         | 43          | 8          | 5          | 10         | 0,9         | 0,0        | 2,9         | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином | <b>25/40</b> | 4,6         | 1,3         | 30,8         | 149         | 18         | 0          | 0          | 1,0         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>   |              | <b>29,5</b> | <b>24,4</b> | <b>100,1</b> | <b>736</b>  | <b>99</b>  | <b>58</b>  | <b>197</b> | <b>7,7</b>  | <b>0,6</b> | <b>23,1</b> | <b>0,03</b> |
|          | Полдник   |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 386      | Йогурт фруктовый питьевой                                       | <b>200</b>   | 3,0         | 2,8         | 9,5          | 75          | 238        | 28         | 182        | 0,2         | 0,1        | 1,2         | 0,04        |
| ТТК 246  | Плюшка с сахаром  | <b>80</b>    | 5,3         | 8,0         | 38,8         | 248         | 8          | 8          | 41         | 0,6         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |

|                |  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|----------------|--|--------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|
|                | <b>Всего:</b>  |              | <b>8,3</b>  | <b>10,8</b> | <b>48,3</b>  | <b>323</b>  | <b>246</b> | <b>36</b>  | <b>223</b> | <b>0,8</b>  | <b>0,1</b> | <b>1,2</b>  | <b>0,0*</b> |
|                | <b>Итого:</b>  |              | <b>65,1</b> | <b>62,2</b> | <b>233,0</b> | <b>1745</b> | <b>601</b> | <b>253</b> | <b>783</b> | <b>14,3</b> | <b>1,3</b> | <b>25,8</b> | <b>0,24</b> |
| <b>Четверг</b> |  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| <b>Завтрак</b> |  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 14             | Масло сливочное  | <b>15</b>    | 0,1         | 10,9        | 0,2          | 99          | 4          | 0          | 5          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,06        |
| 15             | Сыр порционнo  | <b>20</b>    | 4,6         | 5,8         | 0,0          | 71          | 200        | 11         | 120        | 0,2         | 0,0        | 0,1         | 0,06        |
| ТТК 147        | Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом                           | <b>200/5</b> | 6,2         | 8,5         | 31,6         | 228         | 170        | 36         | 170        | 0,6         | 0,1        | 1,8         | 0,10        |
|                | Кисломолочный продукт "Биолакт"                                  | <b>100</b>   | 2,8         | 3,2         | 8,0          | 75          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
| 382            | Какао с молоком  | <b>200</b>   | 3,6         | 3,0         | 20,8         | 124         | 124        | 27         | 109        | 0,8         | 0,0        | 1,3         | 0,02        |
|                | Батон, обогащенный йодоказеином                                  | <b>20</b>    | 1,4         | 0,5         | 10,0         | 48          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
|                | <b>Всего:</b>  |              | <b>18,7</b> | <b>31,9</b> | <b>70,6</b>  | <b>645</b>  | <b>498</b> | <b>74</b>  | <b>404</b> | <b>1,6</b>  | <b>0,2</b> | <b>3,2</b>  | <b>0,24</b> |
| <b>Обед</b>    |  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 88             | Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, зеленью               | <b>260</b>   | 4,0         | 3,9         | 6,9          | 78          | 28         | 14         | 66         | 0,9         | 0,1        | 17,4        | 0,00        |
| ТТК 242        | Филе куриное панированное  | <b>100</b>   | 24,0        | 16,7        | 12,4         | 296         | 17         | 89         | 173        | 2,1         | 0,1        | 1,7         | 0,08        |
| 312            | Пюре картофельное  | <b>150</b>   | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 108         | 38         | 28         | 82         | 1,0         | 0,1        | 5,1         | 0,10        |
| 348            | Компот из кураги   | <b>200</b>   | 1,0         | 0,0         | 13,2         | 86          | 33         | 21         | 29         | 0,7         | 0,0        | 0,9         | 0,00        |
|                | Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином | <b>20/20</b> | 2,8         | 0,7         | 18,6         | 90          | 14         | 0          | 0          | 0,8         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |
|                | <b>Всего:</b>  |              | <b>34,9</b> | <b>26,5</b> | <b>63,2</b>  | <b>658</b>  | <b>130</b> | <b>152</b> | <b>350</b> | <b>5,5</b>  | <b>0,4</b> | <b>25,1</b> | <b>0,2</b>  |
| <b>Полдник</b> |  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 389            | Сок фруктовый  | <b>200</b>   | 0,0         | 0,0         | 22,4         | 90          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
|                | Печенье  | <b>50</b>    | 2,5         | 11,0        | 31,5         | 235         | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
|                | <b>Всего:</b>  |              | <b>2,5</b>  | <b>11,0</b> | <b>53,9</b>  | <b>325</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>   | <b>0</b>   | <b>0,0</b>  | <b>0,0</b> | <b>0,0</b>  | <b>0,00</b> |
|                | <b>Итого:</b>  |              | <b>56,2</b> | <b>69,4</b> | <b>187,7</b> | <b>1628</b> | <b>628</b> | <b>226</b> | <b>754</b> | <b>7,1</b>  | <b>0,6</b> | <b>28,3</b> | <b>0,42</b> |
| <b>Пятница</b> |  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| <b>Завтрак</b> |  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 14             | Масло сливочное  | <b>15</b>    | 0,1         | 10,9        | 0,2          | 99          | 4          | 0          | 5          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,06        |
| ТТК 477        | Бифштекс домашний  | <b>90</b>    | 8,1         | 13,4        | 15,9         | 217         | 7          | 10         | 35         | 0,9         | 0,1        | 1,2         | 0,00        |
| 309            | Рожки отварные   | <b>150</b>   | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 178         | 6          | 8          | 35         | 0,8         | 0,1        | 0,0         | 0,02        |
| 338            | Фрукты свежие  | <b>110</b>   | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,4         | 0,0        | 11,0        | 0,00        |
| 376            | Чай с сахаром  | <b>200</b>   | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 41          | 5          | 4          | 8          | 0,9         | 0,0        | 0,1         | 0,00        |
|                | Батон, обогащенный йодоказеином                                  | <b>25</b>    | 1,8         | 0,6         | 12,5         | 60          | 0          | 0          | 0          | 0,0         | 0,0        | 0,0         | 0,00        |
|                | <b>Всего:</b>  |              | <b>16,0</b> | <b>30,3</b> | <b>77,4</b>  | <b>644</b>  | <b>40</b>  | <b>32</b>  | <b>95</b>  | <b>5,0</b>  | <b>0,2</b> | <b>12,3</b> | <b>0,1</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |              |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
| 101            | Суп картофельный с рисом рыбными консервами, зеленью             | <b>270</b>   | 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        | 2,0         | 0,2        | 8,2         | 0,00        |
| 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        | 0,00        |
| 342     | Компот из яблок  | 200   | 0,2         | 0,2         | 13,9         | 58          | 7          | 4          | 4          | 0,9         | 0,0        | 4,1         | 0,00        |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином | 25/25 | 3,6         | 0,9         | 23,3         | 113         | 18         | 0          | 0          | 1,0         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>  |       | <b>20,2</b> | <b>22,8</b> | <b>80,7</b>  | <b>608</b>  | <b>81</b>  | <b>78</b>  | <b>248</b> | <b>5,1</b>  | <b>0,4</b> | <b>36,6</b> | <b>0,00</b> |
|         | Полдник  |       |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|         | Молоко витаминизированное  | 200   | 6,0         | 6,4         | 9,4          | 120         | 240        | 28         | 180        | 0,2         | 0,3        | 17,0        | 0,18        |
| 421     | Сдоба обыкновенная   | 50    | 4,1         | 3,3         | 29,9         | 165         | 8          | 6          | 37         | 0,5         | 0,1        | 0,0         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>  |       | <b>10,1</b> | <b>9,7</b>  | <b>39,3</b>  | <b>285</b>  | <b>248</b> | <b>34</b>  | <b>217</b> | <b>0,7</b>  | <b>0,4</b> | <b>17,0</b> | <b>0,2</b>  |
|         | <b>Итого:</b>  |       | <b>46,2</b> | <b>62,9</b> | <b>197,4</b> | <b>1537</b> | <b>369</b> | <b>144</b> | <b>559</b> | <b>10,8</b> | <b>0,9</b> | <b>65,9</b> | <b>0,26</b> |
|         |  |       |             |             |              |             |            |            |            |             |            |             |             |
|         | Итого по меню:   |       | 571,0       | 592,1       | 2266,0       | 16752       | 5888       | 1927       | 7434       | 117,2       | 9,5        | 385,9       | 11,8        |
|         | среднее за день  |       | 57,1        | 59,2        | 226,6        | 1675        | 589        | 193        | 743        | 11,7        | 0,9        | 38,6        | 1,2         |

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