



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ «Дирекция по организации
питания» МБУ
«Дирекция по организации
питания» Е.В. Пороховой
« 15 » августа 2025 г.

4-х недельное примерное цикличное 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 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 ₁ | C | A |
| Первая 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 | 48 | 3,8 | 1,0 | 27,5 | 134 | 19 | 0 | 0 | 1,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 |
| | Всего: | | 23,1 | 26,9 | 50,1 | 535 | 207 | 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 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 |
| | Всего: | | 22,1 | 18,2 | 105,5 | 675 | 79 | 76 | 266 | 5,8 | 0,7 | 26,7 | 0,0 |
| 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 |
| | Всего: | | 12,7 | 9,8 | 49,0 | 335 | 117 | 34 | 150 | 4,0 | 0,1 | 14,0 | 0,0 |
| | Итого: | | 57,9 | 54,9 | 204,6 | 1545 | 404 | 151 | 764 | 17,5 | 1,0 | 52,8 | 0,0 |
| Вторник | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Всего: | | 13,3 | 23,7 | 49,8 | 466 | 42 | 45 | 180 | 3,6 | 0,3 | 11,1 | 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 |
| 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 |
| | Всего: | | 35,5 | 21,3 | 80,1 | 655 | 99 | 121 | 301 | 5,1 | 0,5 | 11,1 | 0,1 |
| 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 |
| | Всего: | | 12,3 | 8,0 | 40,6 | 283 | 60 | 47 | 96 | 4,3 | 0,1 | 12,3 | 0,0 |
| | Итого: | | 61,1 | 53,0 | 170,5 | 1404 | 201 | 213 | 577 | 13,0 | 0,8 | 34,5 | 0,2 |
| Среда | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Всего: | 517 | 14,6 | 22,8 | 60,4 | 505 | 34 | 43 | 106 | 2,9 | 0,1 | 3,5 | 0,0 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|---|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 370 | Суп сырный с гречками | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 8,8 | 10,8 | 68,0 | 404 | 63 | 24 | 78 | 3,2 | 0,1 | 26,1 | 0,0 |
| | Итого: | | 46,9 | 58,1 | 212,1 | 1586 | 341 | 155 | 489 | 11,2 | 0,8 | 43,6 | 0,2 |
| | Четверг | | | | | | | | | | | | |
| | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 13,3 | 11,0 | 67,4 | 422 | 255 | 41 | 245 | 1,0 | 0,2 | 1,8 | 0,0 |
| | Итого: | | 70,6 | 68,1 | 304,9 | 2119 | 396 | 268 | 889 | 17,5 | 1,6 | 34,0 | 0,1 |
| | Пятница | | | | | | | | | | | | |
| | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 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 ₂ | 200 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 140 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------|--|-------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
| | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 34,4 | 29,6 | 81,4 | 729 | 141 | 144 | 324 | 6,1 | 0,5 | 26,2 | 0,2 |
| | Полдник | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 376 | Пирожок печёный сдобный 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 |
| | Всего: | | 3,6 | 1,4 | 33,4 | 156 | 8 | 0 | 0 | 0,4 | 0,1 | 0,0 | 0,0 |
| | Итого: | | 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 порционнo | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 27,7 | 23,7 | 93,0 | 724 | 135 | 77 | 224 | 7,3 | 0,6 | 36,3 | 0,0 |
| | Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Всего: | | 7,2 | 5,9 | 75,6 | 385 | 95 | 49 | 94 | 4,4 | 0,1 | 31,3 | 0,0 |
| | Итого: | | 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 |
| | Всего: | | 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 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------|--|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
| | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 12,3 | 13,4 | 32,1 | 298 | 34 | 25 | 132 | 2,1 | 0,2 | 0,2 | 0,0 |
| | Итого: | | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 7,6 | 13,6 | 46,9 | 339 | 29 | 16 | 64 | 0,8 | 0,1 | 1,3 | 0,0 |
| | Итого: | | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 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 |
| | Всего: | | 12,8 | 15,0 | 55,8 | 410 | 292 | 25 | 210 | 0,7 | 0,1 | 7,7 | 0,0 |
| | Итого: | | 68,1 | 68,0 | 227,4 | 1823 | 536 | 250 | 750 | 13,2 | 0,9 | 47,4 | 0,3 |
| | 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 |
| | Всего: | | 19,8 | 18,1 | 57,1 | 471 | 218 | 24 | 144 | 2,1 | 0,1 | 0,1 | 0,0 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 370 | Суп сырный с гречками, 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 |
| | Всего: | | 24,5 | 22,9 | 73,9 | 598 | 153 | 170 | 314 | 8,3 | 0,7 | 10,0 | 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: | | 49,7 | 46,7 | 210,1 | 1459 | 429 | 219 | 528 | 13,6 | 0,8 | 36,4 | 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 |
| 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 |
| | Всего: | | 21,0 | 29,7 | 79,8 | 669 | 297 | 47 | 232 | 5,7 | 0,4 | 10,7 | 0,1 |
| | 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 |
| | Всего: | | 26,4 | 24,5 | 89,4 | 684 | 91 | 48 | 156 | 5,5 | 0,8 | 24,1 | 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 |
| 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: | | 60,9 | 69,4 | 221,6 | 1755 | 687 | 123 | 595 | 12,6 | 1,3 | 35,0 | 0,2 |
| | 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 |
| | Всего: | | 23,8 | 25,0 | 77,3 | 630 | 183 | 107 | 344 | 4,1 | 0,3 | 0,3 | 3,6 |
| | 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 |
| | Всего: | | 26,5 | 23,0 | 94,7 | 703 | 167 | 105 | 351 | 5,2 | 0,8 | 15,9 | 4,5 |
| | 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 | 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 | 281,0 | 59,0 | 47,0 | 96,0 | 4,2 | 0,1 | 11,9 | 0,0 |
| | Итого: | | 62,6 | 56,0 | 212,2 | 1614 | 409 | 259 | 791 | 13,5 | 1,2 | 28,1 | 8,1 |
| | Четверг | | | | | | | | | | | | |
| | 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 | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Всего: | | 40,4 | 28,9 | 112,0 | 903 | 239 | 276 | 671 | 6,4 | 0,8 | 37,6 | 0,5 |
| | 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 |
| | Всего: | | 9,7 | 11,5 | 35,4 | 454 | 66 | 25 | 78 | 3,8 | 0,1 | 31,1 | 0,0 |
| | Итого: | | 62,9 | 68,1 | 228,9 | 1984 | 420 | 325 | 769 | 13,5 | 0,9 | 80,1 | 0,5 |
| | Пятница | | | | | | | | | | | | |
| | 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 |
| | Всего: | | 19,6 | 18,1 | 66,9 | 510 | 69 | 43 | 158 | 2,7 | 0,4 | 8,0 | 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 |
| 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 |
| | Всего: | | 27,5 | 24,0 | 109,5 | 764 | 95 | 59 | 221 | 6,9 | 0,6 | 34,1 | 0,0 |
| | Полдник | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 376 | Пирожок печёный слобный 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 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------|--|--------|--------|--------|--------|---------|------|------|-------|-------|------|-------|------|
| | Всего: | | 7,6 | 8,2 | 49,9 | 299 | 29 | 16 | 64 | 0,8 | 0,1 | 1,3 | 0,0 |
| | Итого: | | 54,7 | 50,3 | 226,3 | 1573 | 193 | 118 | 443 | 10,3 | 1,1 | 43,4 | 0,1 |
| | Суббота | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Всего: | | 34,1 | 28,5 | 77,9 | 705 | 272 | 97 | 326 | 4,4 | 0,4 | 4,3 | 0,2 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Всего: | | 31,0 | 31,5 | 111,7 | 854 | 116 | 203 | 389 | 9,1 | 0,8 | 20,4 | 0,1 |
| | 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 |
| | Всего: | | 7,2 | 5,9 | 75,6 | 385 | 95 | 49 | 94 | 4,4 | 0,1 | 31,3 | 0,0 |
| | Итого: | | 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