



«УТВЕРЖАЮ»  
Директор МБУ «Дирекция по организации  
питания»  
Е.В. Пороховой  
«25» марта 2026 г.

4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся средних и старших классов на четвёртую 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 № 9,26,27,76,77,78,79,81,84,85,117,117ф,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 <sub>1</sub>	C	A	
	<b>Первая неделя</b>													
	<b>Понедельник</b>													
	<b>Завтрак</b>													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
210	Омлет натуральный	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,5	0,1	1,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	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	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	41	3,3	0,8	23,5	115	16	0	0	0,8	0,1	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>22,7</b>	<b>27,9</b>	<b>46,9</b>	<b>530</b>	<b>211</b>	<b>44</b>	<b>354</b>	<b>8,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
	<b>Обед</b>													
101	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами, зеленью	265	5,6	6,8	17,0	152	15	27	67	1,0	0,1	8,3	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	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	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами	35	2,6	0,4	15,9	78	26	0	0	1,4	0,1	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>20,1</b>	<b>19,0</b>	<b>75,2</b>	<b>553</b>	<b>58</b>	<b>73</b>	<b>253</b>	<b>4,7</b>	<b>0,3</b>	<b>11,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
	<b>Полдник</b>													
	Плюшка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	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	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>8,2</b>	<b>7,1</b>	<b>76,0</b>	<b>406</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>4,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>51,0</b>	<b>54,0</b>	<b>198,1</b>	<b>1489</b>	<b>280</b>	<b>125</b>	<b>616</b>	<b>13,2</b>	<b>0,5</b>	<b>31,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
	<b>Вторник</b>													
	<b>Завтрак</b>													
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	2,0	0,2	8,2	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	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	27	2,2	0,5	15,4	76	11	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>12,7</b>	<b>21,9</b>	<b>43,0</b>	<b>421</b>	<b>32</b>	<b>44</b>	<b>173</b>	<b>3,4</b>	<b>0,3</b>	<b>8,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
	<b>Обед</b>													
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,9	91	34	21	50	1,1	0,2	10,4	0,0	0,0
ТТК117	Рожки с сыром	100	19,0	11,0	9,4	213	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0	0,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/19	3,3	0,7	21,7	106	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>31,6</b>	<b>22,3</b>	<b>87,7</b>	<b>708</b>	<b>102</b>	<b>52</b>	<b>122</b>	<b>5,1</b>	<b>1,4</b>	<b>11,9</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>
	<b>Полдник</b>													
376	Изделие сладкое "Ярмарочное с варёной сгущённой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>	<b>297</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>51,8</b>	<b>49,5</b>	<b>185,8</b>	<b>1426</b>	<b>138</b>	<b>100</b>	<b>303</b>	<b>9,4</b>	<b>1,7</b>	<b>20,3</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>
	<b>Среда</b>													
	<b>Завтрак</b>													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	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	0,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	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	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	34	2,7	0,7	19,4	95	14	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>15,7</b>	<b>24,2</b>	<b>61,2</b>	<b>525</b>	<b>42</b>	<b>43</b>	<b>109</b>	<b>3,2</b>	<b>0,1</b>	<b>3,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>





157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	7,7	7,0	7,2	120	24	33	102	1,2	0,1	5,3	0,5
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	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	25/21	3,5	0,7	22,8	112	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>31,7</b>	<b>24,8</b>	<b>78,6</b>	<b>663</b>	<b>73</b>	<b>56</b>	<b>205</b>	<b>5,4</b>	<b>0,6</b>	<b>5,4</b>	<b>0,5</b>
	<b>Полдник</b>												
	Изделие сладкое "Ярмарочное с варёной сгущённой"	100	7,3	5,2	50,1	276	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
	<b>Всего:</b>		<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>	<b>297</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>49,7</b>	<b>49,5</b>	<b>243,0</b>	<b>1620</b>	<b>217</b>	<b>99</b>	<b>396</b>	<b>10,7</b>	<b>0,8</b>	<b>16,7</b>	<b>0,6</b>
	<b>Среда</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
291	Плов из филе индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0
245/1	Кофейный напиток быстрорастворимый	200	2,6	1,8	16,6	93	84	10	63	0,1	0,0	0,9	14,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>15,8</b>	<b>26,8</b>	<b>79,1</b>	<b>621</b>	<b>121</b>	<b>46</b>	<b>168</b>	<b>2,4</b>	<b>0,4</b>	<b>4,9</b>	<b>14,0</b>
	<b>Обед</b>												
96	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
	Печенье	20	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,0	0,0	0,0	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	25/21	3,5	0,7	22,8	112	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>26,5</b>	<b>27,9</b>	<b>96,1</b>	<b>741</b>	<b>157</b>	<b>103</b>	<b>355</b>	<b>5,8</b>	<b>0,6</b>	<b>8,6</b>	<b>4,5</b>
	<b>Полдник</b>												
	Слюба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	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
	<b>Всего:</b>		<b>6,7</b>	<b>6,6</b>	<b>91,0</b>	<b>291</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>49,0</b>	<b>61,3</b>	<b>266,2</b>	<b>1653</b>	<b>283</b>	<b>153</b>	<b>531</b>	<b>9,1</b>	<b>1,0</b>	<b>13,6</b>	<b>18,5</b>
	<b>Четверг</b>												
	<b>Завтрак</b>												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>16,7</b>	<b>24,1</b>	<b>56,0</b>	<b>508</b>	<b>37</b>	<b>28</b>	<b>73</b>	<b>3,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,7</b>	<b>0,0</b>
	<b>Обед</b>												
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
ТГК116	Нагетсы "Классические"	100	22,2	8,9	12,2	217	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	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	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>34,1</b>	<b>22,1</b>	<b>77,0</b>	<b>642</b>	<b>56</b>	<b>60</b>	<b>169</b>	<b>5,5</b>	<b>1,5</b>	<b>6,7</b>	<b>1,0</b>
	<b>Полдник</b>												
	Слюйка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	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

	<b>Всего:</b>	<b>4,7</b>	<b>11,6</b>	<b>57,5</b>	<b>351</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
<b>Итого:</b>		55,5	57,8	190,5	1501	98	92	250	9,6	1,7	7,5	1,1
	Пятница											
	Завтрак											
14	Масло сливочное	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
271	Биточки домашние	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
312	Пюре картофельное	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
376	Чай с сахаром	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	1,8	0,5	13,2	64	9	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>19,7</b>	<b>25,5</b>	<b>42,9</b>	<b>479</b>	<b>72</b>	<b>47</b>	<b>163</b>	<b>3,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>
	Обед											
111/2004	Борщ "Сибирский" с зеленью	1,3	4,9	10,0	92	33	19	43	1,0	0,2	9,2	0,0
278	Тефтели мясные в соусе	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,1	0,2	0,3	0,0
309	Рожки отварные	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
	Кекс для детского питания	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	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	5,1	1,1	34,3	168	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>28,6</b>	<b>34,6</b>	<b>125,5</b>	<b>929</b>	<b>115</b>	<b>44</b>	<b>163</b>	<b>3,9</b>	<b>0,7</b>	<b>24,5</b>	<b>0,1</b>
	Полдник											
	Нижегородская слобода с маком глазированной	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
348	Компот из кураги	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>9,1</b>	<b>9,0</b>	<b>86,2</b>	<b>486</b>	<b>33</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>0,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>	<b>57,4</b>	<b>69,1</b>	<b>254,6</b>	<b>1894</b>	<b>221</b>	<b>112</b>	<b>355</b>	<b>8,2</b>	<b>1,1</b>	<b>25,8</b>	<b>0,1</b>
	Суббота											
	Завтрак											
204	Макароны с сыром	10,2	13,5	29,0	278	121	19	131	0,8	0,1	0,0	0,0
	Творог для детского питания	7,6	4,2	11,1	113	85	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,3	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>19,1</b>	<b>18,1</b>	<b>53,1</b>	<b>451</b>	<b>217</b>	<b>23</b>	<b>139</b>	<b>2,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	Обед											
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,8	0,2	19,0	0,0
295	Котлета рубленая из куриного филе	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1
302	Каша гречневая рассыпчатая	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
	Кекс для детского питания	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
388	Напиток из шиповника	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	2,4	0,4	14,3	70	24	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>37,4</b>	<b>30,2</b>	<b>132,0</b>	<b>948</b>	<b>151</b>	<b>268</b>	<b>458</b>	<b>13,0</b>	<b>0,8</b>	<b>54,3</b>	<b>0,1</b>
	Полдник											
	Изделие слобное "Ярмарочное с варёной сгущённой"	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>	<b>297</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>	<b>64,0</b>	<b>53,6</b>	<b>240,2</b>	<b>1696</b>	<b>372</b>	<b>295</b>	<b>605</b>	<b>15,9</b>	<b>0,9</b>	<b>54,5</b>	<b>0,1</b>
	Третья неделя											
	Понедельник											
	Завтрак											
ТТК117	Биточки с сыром	19,0	11,0	9,4	213	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0
309	Вермишель отварная	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0

	<b>Всего:</b>		<b>27,3</b>	<b>17,2</b>	<b>59,3</b>	<b>502</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>51</b>	<b>3,2</b>	<b>1,1</b>	<b>0,7</b>	<b>1,0</b>
ТТК 370	Обед												
265	Суп сырный с грибами, зеленью	200/15	3,8	4,8	21,7	145	104	15	82	1,0	0,3	9,4	0,0
376	Плов из говядины	200	12,0	11,7	33,8	289	14	41	95	1,6	0,2	0,1	0,0
	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 микроэлементами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>17,8</b>	<b>16,9</b>	<b>71,3</b>	<b>508</b>	<b>141</b>	<b>60</b>	<b>185</b>	<b>4,5</b>	<b>0,6</b>	<b>9,6</b>	<b>0,0</b>
	Полдник												
376	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>4,7</b>	<b>11,6</b>	<b>57,5</b>	<b>351</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>49,8</b>	<b>45,7</b>	<b>188,1</b>	<b>1361</b>	<b>168</b>	<b>78</b>	<b>244</b>	<b>8,6</b>	<b>1,8</b>	<b>10,4</b>	<b>1,1</b>
	Вторник												
14	Завтрак												
295	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
304	Котлета рубленая из куриного филе	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1
377	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0
	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 микроэлементами	50	4,0	1,0	28,6	140	20	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>29,1</b>	<b>26,9</b>	<b>87,6</b>	<b>710</b>	<b>72</b>	<b>100</b>	<b>234</b>	<b>4,3</b>	<b>0,4</b>	<b>4,2</b>	<b>0,1</b>
278/2022	Обед												
259	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0
376	Жаркое по-домашнему	200	12,4	12,7	18,7	239	23	45	93	2,3	0,3	8,2	0,0
	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 микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>18,7</b>	<b>16,6</b>	<b>60,5</b>	<b>479</b>	<b>72</b>	<b>75</b>	<b>171</b>	<b>5,6</b>	<b>0,9</b>	<b>8,4</b>	<b>0,0</b>
348	Полдник												
	Нижегородская слобода с маком глазированная	100	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>9,1</b>	<b>9,0</b>	<b>86,2</b>	<b>486</b>	<b>33</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>0,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>56,9</b>	<b>52,5</b>	<b>234,3</b>	<b>1675</b>	<b>177</b>	<b>196</b>	<b>434</b>	<b>10,6</b>	<b>1,3</b>	<b>13,5</b>	<b>0,1</b>
	Среда												
14	Завтрак												
580/2022	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
302	Гуляш из индейки	100	7,2	10,0	2,9	130	20	8	11	0,9	0,0	1,8	0,0
376	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
	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 микроэлементами	38	3,0	0,7	21,5	107	15	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>20,7</b>	<b>26,9</b>	<b>73,6</b>	<b>620</b>	<b>60</b>	<b>173</b>	<b>264</b>	<b>7,9</b>	<b>0,4</b>	<b>1,9</b>	<b>0,0</b>
82	Обед												
234	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,9	91	34	21	50	1,1	0,2	10,4	0,0
312	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4
	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
	Печенье	20	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,0	0,0	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 микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/26	3,9	0,8	25,7	126	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>26,5</b>	<b>27,8</b>	<b>93,5</b>	<b>730</b>	<b>181</b>	<b>105</b>	<b>334</b>	<b>5,3</b>	<b>0,6</b>	<b>15,7</b>	<b>4,5</b>
	Полдник												
	Слоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0



ТТК 274	Ёжики Аппетитные	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0
310	Картофель отварной	3,5	5,7	18,4	138	18	35	95	1,4	0,2	17,5	0,0
ТТК 275	Капуста квашенная с растительным маслом, сахаром (доп.)	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	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	3,6	0,8	24,0	117	27	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>21,5</b>	<b>27,6</b>	<b>92,8</b>	<b>703</b>	<b>138</b>	<b>85</b>	<b>251</b>	<b>5,2</b>	<b>0,7</b>	<b>62,4</b>	<b>0,0</b>
	Полдник											
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущённой"	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>	<b>297</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>	<b>50,6</b>	<b>58,6</b>	<b>216,1</b>	<b>1591</b>	<b>318</b>	<b>165</b>	<b>510</b>	<b>9,3</b>	<b>0,9</b>	<b>62,8</b>	<b>3,7</b>
	Четвертая неделя											
	Понедельник											
	Завтрак											
204	Макаронны с сыром	10,2	13,5	29,0	278	121	19	131	0,8	0,1	0,0	0,0
	Творог для детского питания	7,6	4,2	11,1	113	85	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,3	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>19,1</b>	<b>18,1</b>	<b>53,1</b>	<b>451</b>	<b>217</b>	<b>23</b>	<b>139</b>	<b>2,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	Обед											
ТТК 370	Суп сырный с гречками, зеленью	3,8	4,8	21,7	145	104	15	82	1,0	0,3	9,4	0,0
260	Гуляш из говядины	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	1,7	0,3	10,4	51	17	0	0	0,9	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>24,8</b>	<b>23,0</b>	<b>76,1</b>	<b>609</b>	<b>157</b>	<b>170</b>	<b>314</b>	<b>8,5</b>	<b>0,7</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>
	Полдник											
	Слойка с фруктовой начинкой	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>4,7</b>	<b>11,6</b>	<b>57,5</b>	<b>351</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>	<b>48,6</b>	<b>52,7</b>	<b>186,7</b>	<b>1411</b>	<b>379</b>	<b>197</b>	<b>461</b>	<b>11,4</b>	<b>0,8</b>	<b>10,2</b>	<b>0,0</b>
	Вторник											
	Завтрак											
14	Масло сливочное	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
291	Плов из филе индейки	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0
	Огурцы свежие (доп.гарнир)	0,2	0,0	0,8	4	7	4	13	0,2	0,0	3,0	0,0
377	Чай с лимоном	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микронутриентами	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>13,7</b>	<b>25,1</b>	<b>68,5</b>	<b>555</b>	<b>52</b>	<b>45</b>	<b>128</b>	<b>3,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,9</b>	<b>0,0</b>
	Обед											
211/2022	Борщ "Краснодарский со сметаной, зеленью"	1,8	6,5	9,6	105	36	20	47	1,0	0,2	18,0	0,0
271	Биточки домашние	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
309	Вермишель отварная	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
	Кекс для детского питания	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	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	5,2	1,2	35,4	173	35	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>	<b>29,2</b>	<b>31,0</b>	<b>114,4</b>	<b>853</b>	<b>94</b>	<b>43</b>	<b>150</b>	<b>5,6</b>	<b>0,8</b>	<b>18,1</b>	<b>0,1</b>
	Полдник											
	Нижегородская сдоба с маком глазированной	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0

348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	<b>Всего:</b>		9,1	9,0	86,2	486	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	<b>Итого:</b>		52,0	65,1	269,1	1894	179	109	307	9,7	1,2	28,9	0,1
	Среда												
864/2022	Завтрак												
	Блины "Домашние" со стужённым молоком	168/20	11,5	26,4	46,3	469	92	10	0	0,0	0,0	0,2	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	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		12,2	27,0	78,8	607	120	27	23	4,0	0,0	14,3	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
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 микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/28	4,0	0,9	26,8	131	29	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		25,6	22,8	88,4	672	162	105	351	5,0	0,8	15,9	4,5
	Полдник												
	Плошка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	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
	<b>Всего:</b>		8,2	7,1	76,0	406	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	<b>Итого:</b>		46,0	56,9	243,2	1685	293	140	383	9,2	0,8	34,7	4,5
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 65	Мигболлы в томатном соусе	100/50	19,8	18,2	11,5	286	18	19	12	1,5	0,2	0,6	0,0
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	185	1	12	62	0,5	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 микроэлементами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		25,4	32,3	56,5	614	34	35	85	3,3	0,3	0,7	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
ТТК116	Наггетсы "Классические"	100	22,2	8,9	12,2	217	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	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 микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/22	3,6	0,7	23,4	115	27	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		38,0	20,7	89,4	696	71	46	138	6,2	1,6	6,7	1,0
	Полдник												
	Изделие сладкое "Ярмарочное с варёной стужённой"	100	7,3	5,2	50,1	276	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
	<b>Всего:</b>		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Итого:</b>		70,9	58,3	201,0	1607	110	85	231	10,4	1,9	7,5	1,1
	Пятница												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
	Вафли	20	0,8	7,0	10,8	110	0	0	0	0,0	0,0	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 микроэлементами	29	2,3	0,6	16,6	81	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0

			21,0	25,3	57,2	542	76	48	162	3,7	0,4	3,3	0,1
	<b>Всего:</b>												
	Обед												
ТТК83	Суп Министроне	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,7	0,3	35,0	0,4
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,2	0,4	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 микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/27	4,0	0,8	26,2	129	29	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>28,2</b>	<b>23,7</b>	<b>91,0</b>	<b>690</b>	<b>205</b>	<b>188</b>	<b>567</b>	<b>4,3</b>	<b>0,7</b>	<b>39,9</b>	<b>0,4</b>
	Полдник												
376	Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>6,7</b>	<b>6,6</b>	<b>91,0</b>	<b>291</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>55,9</b>	<b>55,6</b>	<b>239,2</b>	<b>1523</b>	<b>285</b>	<b>240</b>	<b>737</b>	<b>8,9</b>	<b>1,1</b>	<b>43,3</b>	<b>0,5</b>
	Суббота												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
295	Котлета рубленая из куриного филе	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
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	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 микроэлементами	27	2,2	0,5	15,4	76	11	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>29,7</b>	<b>23,1</b>	<b>84,5</b>	<b>666</b>	<b>91</b>	<b>98</b>	<b>219</b>	<b>7,2</b>	<b>0,4</b>	<b>15,4</b>	<b>0,1</b>
	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	0,1	0,2	0,3	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
306	Горошек зелёный консервированный (доп. гарнир)	30	0,9	0,1	2,0	12	6	6	19	0,2	0,0	3,0	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/41	5,1	1,1	34,3	168	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>31,9</b>	<b>31,8</b>	<b>118,7</b>	<b>888</b>	<b>118</b>	<b>203</b>	<b>389</b>	<b>9,2</b>	<b>0,8</b>	<b>20,4</b>	<b>0,1</b>
	Полдник												
376	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>4,7</b>	<b>11,6</b>	<b>57,5</b>	<b>351</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>66,3</b>	<b>66,5</b>	<b>260,7</b>	<b>1905</b>	<b>214</b>	<b>305</b>	<b>616</b>	<b>17,3</b>	<b>1,2</b>	<b>35,9</b>	<b>0,2</b>
	Итого по меню:		<b>1330,5</b>	<b>1374,4</b>	<b>5500,7</b>	<b>39257</b>	<b>5442</b>	<b>3845</b>	<b>10598</b>	<b>263,5</b>	<b>27,3</b>	<b>579,7</b>	<b>57,4</b>
	среднее за день		<b>55,4</b>	<b>57,3</b>	<b>229,2</b>	<b>1636</b>	<b>227</b>	<b>160</b>	<b>442</b>	<b>11,0</b>	<b>1,1</b>	<b>24,2</b>	<b>2,4</b>

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524491

Владелец Миронов Станислав Викторович

Действителен с 09.02.2026 по 09.02.2027