«СОГЛАСОВАНО»
и.о. директора МБОУ «Школа № 34»
Е.М. Кисина

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ «Дирекция по организации питания»
Е.В. Пороховой
«01» мая 2025 г.

2-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов с 14 по 31 мая 2025 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 №5,6,12,15,16,20,37,43,58,59,63,105,114,119,124,125,126,127,128,129,130,133,137,144,145,161 169,170,171,179,190, 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 (ккал)	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B_1	C	A
	Первая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	**10**	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 57	Пудинг "Лакомка" с вареньем	**150/30**	14,1	12,6	56,4	379	12	5	23	0,4	0,0	0,2	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	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микронутриентами	**36**	2,9	0,7	20,6	101	14	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**17,7**	**21,1**	**98,0**	**636**	**51**	**19**	**46**	**4,4**	**0,2**	**11,3**	**0,1**
	Обед												
ТТК 370	Суп сырный с гренками, зеленью	**250/15**	6,1	6,3	22,8	173	120	16	91	1,0	0,2	10,1	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
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	**20**	0,2	0,0	0,8	4	3	4	5	0,2	0,0	5,0	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 микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	**25/26**	3,9	0,8	25,7	126	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		**22,0**	**19,1**	**100,2**	**661**	**167**	**65**	**276**	**5,1**	**0,5**	**19,9**	**0,0**
	Полдник												
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с творогом	**100**	12,0	9,3	27,9	243	91	19	128	0,7	0,1	0,1	0,0
700	Напиток клюквенный	**200**	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,2	0,0	3,8	0,0
	Всего:		**12,1**	**9,4**	**43,8**	**308**	**95**	**23**	**131**	**0,9**	**0,1**	**3,8**	**0,0**
	Итого:		**51,8**	**49,6**	**242,0**	**1605**	**314**	**107**	**453**	**10,4**	**0,7**	**35,1**	**0,1**
	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	**20**	4,6	5,8	0,0	71	200	11	120	0,2	0,0	0,1	0,1
182	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	**200/5**	5,3	7,0	30,0	205	151	30	149	0,4	0,0	1,6	0,2
	Кисломолочный продукт"Биолакт"	**100**	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,0	0,0	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	**23**	1,8	0,5	13,2	64	9	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**14,9**	**23,9**	**61,6**	**524**	**370**	**46**	**282**	**2,0**	**0,1**	**4,6**	**0,3**
	Обед												
119	Суп с горохом, мясом, гренками, зеленью	**260/10**	10,5	4,4	24,6	180	44	38	97	3,1	0,5	1,3	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	**150**	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	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	**20/24**	3,4	0,7	22,4	110	24	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**39,7**	**19,1**	**101,8**	**738**	**121**	**122**	**291**	**7,8**	**0,9**	**2,7**	**0,1**
	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
ТТК 472	Напиток из облепихи	**200**	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,5	0,0	0,0	0,0
	Всего:		**6,5**	**5,6**	**66,0**	**341**	**86**	**46**	**91**	**4,2**	**0,1**	**11,3**	**0,0**
	Итого:		**61,1**	**48,6**	**229,3**	**1603**	**577**	**214**	**664**	**14,0**	**1,1**	**18,6**	**0,4**
	Среда												
	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	**150**	13,9	14,7	3,4	202	124	20	245	2,6	0,1	0,7	0,1
306	Горошек зелёный консервированный	**40**	1,2	0,1	2,6	15	8	8	25	0,3	0,0	4,0	0,0
338	Фрукты свежие	**110**	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	**200**	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,1	0,3	0,9	0,1
	Батон витаминный с микронутриентами	**32**	2,6	0,6	18,3	90	13	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**20,9**	**23,9**	**59,8**	**539**	**248**	**48**	**345**	**6,0**	**0,5**	**16,6**	**0,3**
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	**30/15/250**	12,7	1,0	15,9	124	13	28	44	0,9	0,1	0,8	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
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	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	**25/41**	5,1	1,1	34,3	168	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	Всего:		**34,7**	**18,1**	**99,7**	**700**	**83**	**180**	**276**	**9,1**	**0,5**	**1,5**	**0,0**
	Полдник												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	**200**	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,2	0,1	1,8	0,0
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с яблоками	**100**	4,8	5,3	35,7	211	33	12	49	1,3	0,1	0,4	0,1
	Всего:		**10,4**	**10,3**	**57,7**	**367**	**275**	**42**	**237**	**1,5**	**0,1**	**2,2**	**0,1**
	Итого:		**65,9**	**52,4**	**217,2**	**1605**	**606**	**270**	**858**	**16,6**	**1,1**	**20,4**	**0,4**
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	**10**	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
182	Каша молочная пшенная жидкая с маслом	**200/5**	6,4	7,6	28,3	207	155	38	170	0,8	0,1	1,6	0,0
	Йогурт	**100**	2,8	2,8	11,5	82	0	0	0	0,0	0,0	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	**35**	2,8	0,7	20,0	98	14	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**12,4**	**18,5**	**70,2**	**496**	**179**	**43**	**183**	**2,4**	**0,2**	**4,5**	**0,1**
	Обед												

111/2004	Борщ "Сибирский" с говядиной тушёной, сметаной, зеленью	**270**	4,3	5,6	10,2	109	39	23	76	1,5	0,2	9,2	0,0
234	Котлета рыбная	**100**	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4
304	Рис отварной	**150**	3,7	6,3	28,5	185	1	12	62	0,5	0,0	0,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	**50**	0,4	0,1	1,3	7	12	7	21	0,3	0,0	5,0	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 микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	**25/29**	4,1	0,9	27,4	134	30	0	0	1,6	0,2	0,0	0,0
	Всего:		**28,0**	**25,5**	**99,7**	**739**	**151**	**89**	**339**	**6,1**	**0,6**	**18,7**	**4,4**
	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**	**77,7**	**454**	**66**	**25**	**78**	**3,8**	**0,1**	**31,1**	**0,0**
	Итого:		**50,1**	**55,5**	**247,6**	**1689**	**396**	**157**	**600**	**12,3**	**0,9**	**54,3**	**4,5**
	Пятница												
	Завтрак												
ТТК 477	Бифштекс домашний	**90**	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,9	0,1	1,2	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
	Пюре яблочное	**125**	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	**200**	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микронутриентами	**21**	1,7	0,4	12,0	59	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**18,5**	**21,2**	**88,4**	**618**	**35**	**147**	**244**	**6,7**	**0,4**	**1,3**	**0,0**
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной тушёной, зеленью	**265**	3,8	5,0	7,8	92	36	23	77	1,2	0,0	18,8	0,0
ТТК 242	Филе куриное панированное	**100**	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,1	0,1	1,7	0,1
309	Вермишель отварная	**150**	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
342	Компот из груши	**200**	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,0	0,0	2,1	0,0
	Хлеб полезный с 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
	Всего:		**36,9**	**27,4**	**84,9**	**736**	**93**	**125**	**291**	**6,5**	**0,3**	**22,5**	**0,1**
	Полдник												
421	Сдоба обыкновенная	**100**	8,1	5,2	59,9	318	17	13	75	1,0	0,1	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином B_2	**200**	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		**10,1**	**11,6**	**78,9**	**458**	**17**	**13**	**75**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**
	Итого:		**65,5**	**60,2**	**252,2**	**1812**	**146**	**285**	**610**	**14,2**	**0,8**	**23,8**	**0,1**
	Вторая 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
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	0,1
338	Фрукты свежие	**195**	0,8	0,6	20,1	90	89	23	31	4,5	0,0	9,8	0,0
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	**200**	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,1	0,3	0,9	0,1
	Батон, обогащенный йодоказеином	**24**	1,7	0,6	12,0	58	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		**11,5**	**17,8**	**88,4**	**559**	**344**	**69**	**264**	**5,2**	**0,4**	**12,5**	**0,2**
	Обед												
102	Суп картофельный с чечевицей,говядиной тушёной, зеленью	**260**	9,2	4,8	23,2	172	22	30	140	2,5	1,0	6,7	0,1
260	Гуляш из говядины	**100**	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0
309	Рожки отварные	**150**	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	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/Батон, обогащенный йодоказеином	**25/35**	4,3	1,2	28,3	137	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**27,3**	**19,6**	**94,2**	**657**	**73**	**61**	**207**	**5,4**	**1,1**	**11,8**	**0,1**
	Полдник												
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с творогом	**100**	12,0	9,3	27,9	243	91	19	128	0,7	0,1	0,1	0,0
700	Напиток клюквенный	**200**	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,2	0,0	3,8	0,0
	Всего:		**12,1**	**9,4**	**43,8**	**308**	**95**	**23**	**131**	**0,9**	**0,1**	**3,8**	**0,0**
	Итого:		**50,8**	**46,8**	**226,4**	**1524**	**512**	**153**	**602**	**11,5**	**1,6**	**28,1**	**0,4**
	Вторник												
	Завтрак												
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	0,1
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, обогащенный йодоказеином	**38**	2,7	1,0	19,0	91	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		**29,1**	**21,6**	**78,3**	**620**	**332**	**56**	**395**	**4,3**	**0,1**	**14,4**	**0,1**
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	**25/15/250**	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,8	0,1	0,7	0,0
ТТК 198	Котлета рыбная "Оригинальная"	**100**	13,0	13,9	6,9	205	26	11	163	0,6	0,1	17,5	0,0
304	Рис отварной	**150**	3,7	6,3	28,5	185	1	12	62	0,5	0,0	0,0	0,0
348	Компот из кураги	**200**	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	**25/28**	3,8	1,0	24,8	120	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**31,0**	**22,0**	**87,1**	**696**	**90**	**67**	**291**	**3,6**	**0,4**	**19,1**	**0,1**
	Полдник												
	Сочник с фруктовой начинкой	**70**	3,5	10,9	43,3	289	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 472	Напиток из облепихи	**200**	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,5	0,0	0,0	0,0
	Всего:		**3,5**	**10,9**	**58,3**	**349**	**1**	**0**	**0**	**0,5**	**0,0**	**0,0**	**0,0**

	Итого:		**63,5**	**54,5**	**223,7**	**1665**	**423**	**123**	**686**	**8,4**	**0,5**	**33,5**	**0,1**
	Среда												
	Завтрак												
10/2004	Бутерброд горячий с сыром	**45**	7,2	11,0	11,5	173	249	13	145	0,4	0,2	0,0	0,0
ТТК 536	Вермишель молочная	**200**	7,0	5,3	23,4	170	169	25	105	0,5	0,1	2,0	0,3
338	Фрукты свежие	**110**	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	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, обогащенный йодоказеином	**31**	2,2	0,8	15,5	74	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		**20,4**	**20,5**	**82,0**	**590**	**560**	**75**	**371**	**4,1**	**0,3**	**14,3**	**0,4**
	Обед												
ТТК 52	Борщ "Нижегородский" с мясом, зеленью	**250**	7,5	4,6	9,0	107	30	36	102	1,7	0,2	11,8	0,0
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	**150**	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	0,0	0,0
342	Компот из яблок	**200**	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	**25/26**	3,6	1,0	23,8	115	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**33,6**	**24,4**	**93,4**	**724**	**80**	**183**	**360**	**9,1**	**0,8**	**15,9**	**0,0**
	Полдник												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	**200**	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,2	0,1	1,8	0,0
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с яблоками	**100**	4,8	5,3	35,7	211	33	12	49	1,3	0,1	0,4	0,1
	Всего:		**10,4**	**10,3**	**57,7**	**367**	**275**	**42**	**237**	**1,5**	**0,1**	**2,2**	**0,1**
	Итого:		**64,4**	**55,1**	**233,1**	**1682**	**915**	**300**	**968**	**14,7**	**1,2**	**32,5**	**0,5**
	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 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	0,1
	Йогурт	**100**	11,2	25,2	46,0	82	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	**200**	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, обогащенный йодоказеином	**30**	2,1	0,8	15,0	72	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		**19,8**	**41,9**	**102,8**	**489**	**177**	**40**	**181**	**1,5**	**0,1**	**1,9**	**0,1**
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной тушёной, зеленью	**265**	3,8	5,0	7,8	92	36	23	77	1,2	0,0	18,8	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
309	Рожки отварные	**150**	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
388	Напиток из плодов шиповника	**200**	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	**30/43**	5,2	1,4	34,5	167	22	0	0	1,2	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**28,9**	**28,2**	**109,8**	**805**	**105**	**47**	**187**	**3,9**	**0,3**	**39,0**	**0,1**
	Полдник												

ТК 357/1	Маковый рулетик посыпной	**100**	8,6	10,8	42,3	301	38	12	63	0,7	0,1	0,1	0,0
348	Компот из кураги	**200**	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
338	Фрукты свежие	**110**	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		**10,0**	**11,2**	**66,3**	**436**	**89**	**43**	**104**	**3,8**	**0,1**	**12,0**	**0,0**
	Итого:		**58,7**	**81,3**	**278,9**	**1730**	**371**	**130**	**472**	**9,2**	**0,5**	**52,9**	**0,2**
	Пятница												
	Завтрак												
ТТК 499	Котлета куриная	**90**	14,6	7,9	5,2	156	8	20	91	0,9	0,1	0,5	0,0
304	Рис отварной	**150**	3,7	6,3	28,5	185	1	12	62	0,5	0,0	0,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	**60**	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	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, обогащенный йодоказеином	**29**	2,0	0,7	14,5	70	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		**20,8**	**14,9**	**77,7**	**531**	**26**	**40**	**184**	**1,8**	**0,2**	**14,1**	**0,1**
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	**30/15/250**	12,7	1,0	15,9	124	13	28	44	0,9	0,1	0,8	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
302	Каша гречневая рассыпчатая	**150**	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	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
377	Чай с лимоном	**200/15**	0,3	0,1	10,5	44	11	6	11	0,9	0,0	6,1	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	**25/42**	4,7	1,4	31,8	154	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		**40,3**	**20,7**	**113,1**	**796**	**93**	**193**	**501**	**14,6**	**0,6**	**26,1**	**0,0**
	Полдник												
421	Сдоба обыкновенная	**50**	4,1	3,3	29,9	165	8	6	37	0,5	0,1	0,0	0,0
	Молоко витаминизированное	**200**	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
	Всего:		**10,1**	**9,7**	**39,3**	**285**	**248**	**34**	**217**	**0,7**	**0,4**	**17,0**	**0,2**
	Итого:		**71,3**	**45,3**	**230,1**	**1611**	**367**	**267**	**902**	**17,1**	**1,2**	**57,2**	**0,3**
	Итого по меню:		*603,1*	*549,2*	*2380,5*	*16526*	*4626*	*2006*	*6815*	*128,4*	*9,6*	*356,2*	*7,0*
	среднее за день		*60,3*	*54,9*	*238,0*	*1653*	*463*	*201*	*682*	*12,8*	*1,0*	*35,6*	*0,7*

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