



«СОГЛАСОВАНО»

1344

Школы

Ср

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

4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов с заболеванием «фенилкетонурия» 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), 185ф, гимназия №18 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 №6

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, лицей №№ 8, 40, 40ф, гимназии №№1, 1ф, 13ф

Советского района школы № 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 151, 173, 188, 188ф, 189, гимназии №№25, 53, лицей №28ф

Приюкского 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													
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00	
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,20	0,00	4,00	0,00	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Всего:	565	3,4	5,2	64,5	319	44	45	100	4,46	0,13	20,22	0,00	
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00	
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,60	0,04	10,00	0,00	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином B ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Всего:		5,4	12,1	70,1	407	57	52	121	4,80	0,15	31,30	0,00	
	Полдник													
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
338	Фрукты	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,90	0,00	2,90	0,00	
	Всего:		0,7	0,5	34,9	147	26	15	22	3,30	0,00	13,90	0,00	
	Итого:		9,5	17,8	169,5	873	127	112	243	12,56	0,28	65,42	0,00	
	Вторник													
	Завтрак													
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	0,00	
338	Фрукты свежие	180	0,7	0,5	18,5	85	34	22	29	4,10	0,00	9,00	0,00	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином B ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Всего:		10,4	14,0	82,0	496	281	77	218	2,43	0,32	23,54	0,18	
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00	
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	0,8	0,1	2,7	15	10	14	18	0,63	0,04	17,50	0,00	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	

ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		3,4	5,7	75,7	366	49	56	98	4,13	0,15	43,20	0,00
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		5,8	12,5	105,5	555	67	66	110	6,53	0,15	54,20	0,00
	Итого:		16,2	31,1	193,4	1124	385	145	333	10,97	0,41	77,66	0,18
	Среда												
	Завтрак												
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,60	0,04	10,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		3,4	7,0	59,6	314	47	28	62	3,90	0,04	21,10	0,00
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
338	Фрукты свежие	180	0,7	0,5	18,5	85	34	22	29	4,10	0,00	9,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		5,8	10,8	73,6	416	79	85	171	9,26	0,24	35,42	0,00
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		9,8	18,3	162,8	855	149	127	253	16,46	0,28	67,62	0,00
	Четверг												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	150	2,8	7,3	7,0	105	79	26	50	1,00	0,03	25,30	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	0,2	0,0	0,8	4	7	4	13	0,18	0,01	3,00	0,00
338	Фрукты свежие	180	0,7	0,5	18,5	85	34	22	29	4,10	0,00	9,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00

Всего:		62,5	119,7	1008,2	5362	1130	746	1451	82,82	1,63	459,32	0,00
Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250										
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	1,7	4,9	9,8	98	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00
338	Фрукты свежие	110	5,7	16,3	32,7	327	80	167	3,70	0,13	33,43	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,4	0,4	10,8	49	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,2	0,1	10,1	41	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Полдник		8,0	21,7	99,6	660	183	237	8,11	0,17	54,56	0,00
	Пюре фруктовое											
376	Чай с сахаром	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	200	0,2	0,1	5,0	21	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:	110	0,4	0,4	10,8	49	18	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Итого:		0,6	0,5	29,6	125	23	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Пятница		71,1	141,9	1137,4	6147	1336	1708	94,23	1,80	524,98	0,00
	Завтрак											
67	Винегрет овощной											
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	130	1,4	13,3	9,0	161	20	34	0,75	0,05	9,49	0,00
338	Фрукты свежие	60	0,5	0,0	1,5	8	14	25	0,40	0,00	6,00	0,00
376	Чай с сахаром	110	0,4	0,4	10,8	49	18	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Пюре фруктовое	200	0,2	0,1	5,0	21	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Обед		157,1	327,7	13767	3061	1983	3851	210,50	3,87	1179,62	0,00
104	Суп картофельный с зеленью											
312	Пюре картофельное	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	0,90	0,11	10,20	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	0,96	0,13	5,12	0,00
338	Фрукты свежие	50	0,4	0,0	1,3	7	12	7	0,30	0,00	5,00	0,00
388	Напиток из шиповника	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	2,40	0,00	11,00	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	0,70	0,00	20,00	0,00
	Пюре фруктовое	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Полдник		8,0	16,9	95,0	561	62	69	5,26	0,24	51,32	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂											
338	Фрукты свежие	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	2,40	0,00	11,00	0,00
	Итого:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	2,40	0,00	11,00	0,00
			167,5	351,4	14517	3141	2062	4021	218,16	4,11	1241,94	0,00

		Вторая неделя															
		Понедельник															
	Завтрак																
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	0,00				
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00				
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00				
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином B ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Всего:		3,5	17,0	60,0	406	40	29	51	3,98	0,04	27,10	0,00				
	Обед																
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,80	0,20	19,00	0,00				
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00				
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00				
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00				
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Всего:		3,0	5,6	76,0	367	65	45	83	4,70	0,24	45,10	0,00				
	Полдник																
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00				
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00				
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00				
	Итого:		7,1	23,1	165,6	898	128	88	154	11,98	0,28	83,30	0,00				
	Вторник																
	Завтрак																
321	Капуста тушеная	150	2,8	7,3	7,0	105	79	26	50	1,00	0,03	25,30	0,00				
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00				
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00				
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00				
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Всего:		4,1	7,9	61,4	334	110	52	86	4,90	0,07	51,40	0,00				
	Обед																
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00				
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	0,00				
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00				
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00				
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				

Полдник	3,5	15,7	75,8	457	56	57	111	4,18	0,15	41,70	0,00
Пюре фруктовое											
376 Чай с сахаром	125	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338 Фрукты свежие	200	0,2	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
Всего:	110	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
Итого:		0,6	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
Среды		8,2	166,8	916	189	123	217	12,38	0,22	104,20	0,00
Завтрак											
71 Огурцы свежие (доп.гарнир)											
Пюре фруктовое	100	0,8	2,4	14	24	14	42	0,60	0,04	10,00	0,00
338 Фрукты свежие	125	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376 Чай с сахаром	110	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
Сок фруктовый фасованный	200	0,2	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
Всего:	200	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед		4,3	57,1	362	127	45	81	6,80	0,03	19,34	0,00
104 Суп картофельный с зеленью											
312 Пюре картофельное	250	2,0	5,1	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
ТТК 275 Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	150	2,5	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
338 Фрукты свежие	70	1,1	8,5	71	30	10	19	0,40	0,00	18,60	0,00
376 Чай с сахаром	110	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
Пюре фруктовое	200	0,2	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
Напиток овсяный шоколадный, обогащенный кальцием и витамином В ₂	125	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
Всего:	200	2,0	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
Полдник		8,2	82,6	542	75	73	161	5,56	0,24	45,02	0,00
Напиток овсяный шоколадный, обогащенный кальцием и витамином В ₂											
338 Фрукты свежие	200	2,0	6,4	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
Всего:	110	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
Итого:		2,4	29,8	189	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
Четверг		9,9	156,6	990	222	108	194	14,24	0,11	67,47	0,00
Завтрак											
541/2004 Рагу овощное											
ТТК 275 Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	130	2,2	14,2	87	16	14	32	0,50	0,04	8,30	0,00
338 Фрукты свежие	70	1,1	8,5	71	30	10	19	0,40	0,00	18,60	0,00
376 Чай с сахаром	110	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
Пюре фруктовое	200	0,2	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
Напиток овсяный шоколадный, обогащенный кальцием и витамином В ₂	125	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
Всего:	200	2,0	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00

[illegible]

Понедельник														
Завтрак														
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,1	6,0	7,1	87	26	14	29	1,27	0,02	6,44	0,00	
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,40	0,00	6,00	0,00	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Всего:	525	4,2	7,5	68,8	355	63	36	74	4,97	0,02	23,54	0,00	
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00	
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,60	0,04	10,00	0,00	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Всего:		5,4	6,7	73,1	367	57	52	121	4,80	0,15	31,30	0,00	
	Полдник													
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
	Всего:		0,4	0,4	24,6	104	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
	Итого:		10,0	14,6	166,5	826	138	98	207	12,17	0,17	65,84	0,00	
	Вторник													
	Завтрак													
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	0,00	
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,40	0,00	6,00	0,00	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Всего:		10,4	14,0	82,0	496	281	77	218	2,43	0,32	23,54	0,18	
	Обед													
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00	
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00	
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	6,7	17,0	46,7	360	33	80	197	3,00	0,37	34,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		11,3	23,6	120,9	728	66	118	276	7,20	0,48	55,30	0,00
376	Полдник												
	Чай с сахаром												
	Пюре фруктовое	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Итого:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Пятница		73,7	162,5	1234,8	6686	1151	801	1652	74,82	1,96	480,15	0,00
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,20	0,00	4,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		1,8	10,6	55,8	327	49	35	68	4,18	0,04	31,10	0,00
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		7,1	16,7	81,1	499	51	67	143	4,46	0,24	30,82	0,00
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Итого:		11,3	34,1	166,7	1015	118	112	223	11,04	0,28	72,92	0,00
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00

338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		2,6	6,9	57,2	300	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		5,5	22,2	82,9	551	52	53	106	4,88	0,15	41,30	0,00
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		8,7	29,6	169,7	976	98	81	146	11,48	0,15	63,50	0,00
	Вторник												
	Завтрак												
541/2004	Рагу овощное	130	2,2	2,3	14,2	87	16	14	32	0,50	0,04	8,30	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,40	0,00	6,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		3,3	2,8	67,7	310	53	36	77	4,20	0,04	25,40	0,00
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,60	0,04	10,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		3,1	5,5	69,3	347	84	52	112	5,01	0,08	31,13	0,00
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00

338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		7,0	8,8	166,6	782	160	102	209	12,51	0,12	67,63	0,00
	Среда												
	Завтрак												
67	Винегрет овощной												
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,75	0,05	9,49	0,00
	Пюре фруктовое	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,40	0,00	6,00	0,00
338	Фрукты свежие	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Обед		4,3	13,1	57,1	362	127	45	81	6,80	0,03	19,34	0,00
104	Суп картофельный с зеленью												
312	Пюре картофельное	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,40	0,00	18,60	0,00
	Пюре фруктовое	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Полдник		5,8	13,5	87,2	491	61	62	147	2,36	0,25	48,92	0,00
	Пюре фруктовое												
389	Сок фруктовый	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Итого:		0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Четверг		9,9	35,5	156,6	990	222	108	194	14,24	0,11	67,47	0,00
	Завтрак												
321	Капуста тушеная												
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	150	2,8	7,3	7,0	105	79	26	50	1,00	0,03	25,30	0,00
338	Фрукты свежие	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,50	0,00	15,00	0,00
376	Чай с сахаром	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Пюре фруктовое	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Обед		6,1	8,9	60,9	343	110	52	86	4,80	0,03	51,40	0,00
ТТК 83	Суп Минестроне												
71	Овощи свежие с маслом	200	2,4	4,2	10,8	90	114	126	342	0,60	0,30	28,00	0,30
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	0,00
338	Фрукты свежие	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00
	Итого:	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00

	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		16,8	32,7	189,8	1111	382	271	581	14,78	0,44	172,90	0,30	
	Полдник													
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00	0,00
	Итого:		23,5	42,1	280,3	1579	515	337	687	22,88	0,47	235,40	0,30	
	Пятница													
	Завтрак													
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,50	0,00	15,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	0,00
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		5,8	6,3	65,4	336	43	51	99	4,76	0,13	31,22	0,00	0,00
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00	0,00
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,75	0,05	9,49	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,50	0,00	15,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		4,7	19,0	68,6	462	61	67	129	5,45	0,16	45,79	0,00	0,00
	Полдник													
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	0,00
	Всего:		2,4	1,4	32,8	149	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00	0,00
	Итого:		12,9	26,7	166,8	947	122	128	240	12,61	0,29	88,01	0,00	0,00
	Итого по меню:		0,0	343,2	2845,3	15126	3786	1944	3755	188,79	4,35	1710,44	126,50	
	среднее за день		17,9	34,3	284,5	1513	379	194	375	18,88	0,44	171,04	12,65	
Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В. Решетникова														