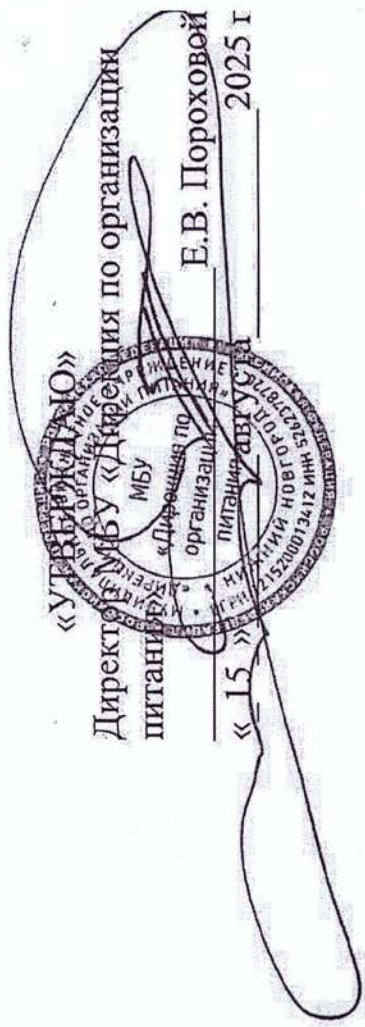




4-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания, для учащихся средних и старших классов заботлением «Феникетонурия» на 1 четверть 2025-2026 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

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 № 180 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, 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													
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	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	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Всего:	525	3,6	6,1	65,8	366	37	44	96	4,5	0,2	17,2	0,0	
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0	
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0	
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	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	
	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	
	Всего:		5,0	11,7	59,3	358	39	42	109	2,4	0,2	20,3	0,0	
	Полдник													
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
338	Фрукты	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	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00	
	Всего:		0,7	0,5	29,8	127	26	15	22	3,3	0,0	13,9	0,0	
	Итого:		9,3	18,3	154,9	851	102	101	227	10,1	0,3	51,4	0,0	
	Вторник													
	Завтрак													
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	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	0,90	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	0,0	0,0	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	
	Всего:		10,4	14,0	82,0	496	281	77	218	2,4	0,3	23,5	0,2	
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0	
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	0,8	0,1	2,7	15	10	14	18	0,6	0,0	17,5	0,0	
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	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	
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	

	Всего:		3,0	5,3	64,9	317	31	46	86	1,7	0,2	32,2	0,0
	Полдник												
	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
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		5,4	12,1	94,7	506	49	56	98	4,1	0,2	43,2	0,0
	Итого:		16,2	31,1	193,4	1124	385	145	333	11,0	0,4	77,7	0,2
	Среда												
	Завтрак												
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
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	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,0	6,6	48,8	265	29	18	50	1,5	0,0	10,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	0,0	4,0	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	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	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,5	10,8	70,0	431	38	64	160	3,2	0,3	20,4	0,0
	Полдник												
	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	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	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		9,1	17,9	148,4	821	90	96	230	8,0	0,3	41,6	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	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	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	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		59,3	118,6	939,3	5149	892	612	1326	48,2	1,7	352,4	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	5,7	16,3	32,7	327	123	80	167	3,7	0,1	33,4	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0

	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		7,6	21,3	88,8	611	165	108	225	5,7	0,2	43,6	0,0	0,0
	Полдник													
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	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	0,90	0,00	0,10	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0	0,0
	Итого:		67,5	140,5	1057,7	5885	1080	734	1571	57,2	1,9	407,1	0,0	0,0
	Пятница													
	Завтрак													
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	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	0,0
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
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		2,1	13,4	51,7	335	39	29	67	2,1	0,1	15,6	0,0	0,0
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	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	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	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	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	0,0
	Всего:		8,6	17,8	83,7	560	66	75	175	5,6	0,3	53,3	0,0	0,0
	Полдник													
	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	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	0,0
	Итого:		13,1	38,0	165,2	1084	123	114	254	10,0	0,3	79,9	0,0	0,0
	Вторая неделя													
	Понедельник													
	Завтрак													
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	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	0,0
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 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	0,0
	Всего:		3,5	17,0	47,6	316	40	39	91	3,0	0,0	34,1	0,0	0,0

	Всего:		3,5	17,0	51,4	371	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	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
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	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	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	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:		5,0	12,0	67,4	397	65	45	83	4,7	0,2	45,1	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	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	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	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		9,1	29,5	148,4	893	128	88	154	12,0	0,3	83,3	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		4,3	9,0	52,0	306	108	47	84	2,5	0,1	45,5	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	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
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,1	15,3	65,0	408	38	47	99	1,8	0,2	30,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	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	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	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		8,0	24,8	146,6	839	169	108	203	7,6	0,2	87,3	0,0
	Среда												
	Завтрак												
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0

	Пюре фруктовое	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	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	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		4,3	13,1	57,1	362	127	45	81	6,8	0,0	19,3	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
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	0,0	0,0	0,0	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
	Всего:		8,3	20,8	74,1	546	59	68	162	3,4	0,3	35,0	0,0
	Полдник												
	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
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		9,9	35,5	156,6	990	222	108	194	14,2	0,1	67,5	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
541/2004	Рагу овощное	180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	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
	Всего:		5,8	18,9	58,7	425	58	34	71	2,0	0,0	30,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	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
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		14,7	53,1	182,4	1258	154	115	241	5,8	0,2	90,9	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	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	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	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0

Итого:	Пятница	21,1	72,5	270,7	1808	235	163	332	11,1	0,3	132,1	0,0
Завтрак												
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	80	0,6	0,1	2,0	11	18	34	0,5	0,0	8,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		1,9	3,8	51,7	248	53	61	1,8	0,0	26,7	0,0
	Обед											
82.	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	1,1	0,0	10,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	1,2	0,2	6,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		6,4	14,6	82,3	528	108	163	5,2	0,2	60,8	0,0
	Полдник											
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	1,4	32,8	149	18	12	2,4	0,0	11,0	0,0
Итого:			10,7	19,8	166,8	925	179	112	236	9,3	98,5	0,0
	<i>Третья неделя</i>											
	Понедельник											
Завтрак												
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,1	6,0	7,1	87	26	14	1,3	0,0	6,4	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,0	0,0	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
	Всего:	525	4,2	7,5	60,2	320	63	74	5,0	0,0	23,5	0,0
	Обед											
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	0,6	0,0	10,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	0,9	0,0	0,1	0,0
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0

				5,0	6,3	62,3	318	39	42	109	2,4	0,2	20,3	0,0
338			125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
			110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
				0,4	0,4	24,6	104	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
				9,6	14,2	147,1	742	120	88	195	9,8	0,2	54,8	0,0
71			100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338			110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376			200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
			200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
			125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
				10,4	14,0	82,0	496	281	77	218	2,4	0,3	23,5	0,2
82			250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0
312			180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71			60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338			110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 206			200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
			200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
				5,8	11,0	70,3	445	94	80	172	5,3	0,2	37,7	0,0
			125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376			200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338			110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
				6,4	11,5	99,9	570	117	94	192	8,6	0,2	48,8	0,0
				16,2	31,1	193,4	1124	385	145	333	11,0	0,4	77,7	0,2
67			130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0
ТТК 275			60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
376			200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
			125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
			200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
				2,5	16,4	57,0	386	51	30	59	2,0	0,1	25,6	0,0
104			250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
541/2004			180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	0,0

ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
	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	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	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,6	17,0	74,4	471	64	57	128	2,8	0,2	37,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	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
	Всего:		0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		8,3	33,5	155,3	953	120	91	195	5,7	0,2	63,4	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	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
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	0,0	0,0	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:		58,8	159,6	965,2	5609	1080	661	1402	51,9	1,4	418,0	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	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	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,3	5,7	68,4	337	41	50	95	4,8	0,2	36,3	0,0
	Полдник												
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	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
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		62,7	165,8	1063,2	6071	1144	725	1517	60,0	1,6	465,4	0,0
	Пятница												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	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	0,90	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	0,0	0,0	0,0	0,0

	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	17,0	51,4	371	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	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 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	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:		7,9	17,6	70,6	503	62	78	173	4,9	0,3	35,8	0,0
	Полдник												
	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
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		13,8	41,4	151,8	1063	120	117	236	11,2	0,3	73,9	0,0
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	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	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		1,3	0,6	54,3	228	31	26	36	3,8	0,0	26,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	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:		5,5	22,2	74,3	516	52	53	106	4,9	0,2	41,3	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	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	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	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		7,4	23,3	158,2	869	106	93	162	12,0	0,2	78,5	0,0

	Вторник																								
	Завтрак																								
541/2004	Регу овощное	180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	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												
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00												
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
	Всего:		3,2	8,9	55,1	312	42	32	77	2,0	0,0	17,5	0,0												
	Обед																								
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0												
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	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	0,90	0,00	0,10	0,00												
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
	Всего:		3,1	5,5	64,2	327	84	52	112	5,0	0,1	31,1	0,0												
	Полдник																								
	Пюре фруктовое	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	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	2,4	0,0	11,0	0,0												
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0												
	Итого:		6,9	14,9	148,9	764	149	98	209	10,3	0,1	59,7	0,0												
	Среда																								
	Завтрак																								
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	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												
	Пюре фруктовое	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	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	0,0	0,0	0,0	0,0												
	Всего:		4,3	13,1	57,1	362	127	45	81	6,8	0,0	19,3	0,0												
	Обед																								
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0												
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0												
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	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	0,90	0,00	0,10	0,00												
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
	Всего:		6,7	14,8	74,5	490	77	78	174	5,8	0,3	46,0	0,0												
	Полдник																								
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	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
	Всего:			0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:			9,9	35,5	156,6	990	222	108	194	14,2	0,1	67,5	0,0
	Четверг													
	Завтрак													
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0	
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	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:		6,3	10,0	51,5	315	108	47	84	2,4	0,0	45,5	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	
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0	
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	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	0,90	0,00	0,10	0,00	
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Всего:		17,8	35,9	159,9	1023	407	292	662	10,1	0,5	168,0	0,4	
	Полдник													
	Пюре фруктовое	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	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	2,4	0,0	11,0	0,0	
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0	
	Итого:		24,7	46,4	241,0	1463	538	353	766	15,8	0,5	224,6	0,4	
	Пятница													
	Завтрак													
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0	
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0	
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	0,0	0,0	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	
	Всего:		5,9	6,8	56,9	340	27	46	100	2,6	0,2	21,2	0,0	
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0	
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0	
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	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 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0	
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Всего:		4,7	19,0	75,5	490	65	66	127	4,7	0,2	60,7	0,0	

[illegible]