



«СОГЛАСОВАНО»

Директор

Савина И.С.

№ 34

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ «Дирекция по организации питания»

Е.В. Пороховой

« 25 » марта 2026 г.

4-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов с заболеванием «фенилкетонурия» 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), 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 Сорновского района школы № 9, 26, 27, 76, 77, 78, 79, 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

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»

34

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюда	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)					Витамины (мг)						
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A					
	<i>Первая неделя</i>																	
	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)	80	0,6	0	2	12	18	12	35	0,448	0,01	8	0					
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00					
	Всего:		3,8	5,3	59,7	303	58	54	121	5,36	0,14	27,22	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)	80	0,6	0	2	12	18	12	35	0,448	0,01	8	0					
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	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					
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17	69	9	3	6	0,1	0,01	15	0					
	Всего:		3,3	5,7	82,9	396	60	52	115	4,55	0,13	47,20	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	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00					
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00					
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00					
	Итого:		7,8	11,6	180,2	857	146	123	259	13,86	0,27	88,52	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	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,03	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00					
	Всего:		1,5	10,6	59,9	341	40	29	51	3,93	0,07	27,10	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	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,6	0,1	2	12	7	10	13	0,5	0,03	12,5	0					
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00					
	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	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		2,4	5,5	69,8	346	65	41	73	5,06	0,04	24,13	0,00					
	Полдник																	
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00					
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00					
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00					

		3,1	6,1	107,4	504	93	58	96	9,01	0,04	38,23	0,00
	Всего:											
	Итого:	7,0	22,2	237,1	1191	198	128	220	18,00	0,15	89,46	0,00
	Среда											
	Завтрак											
321	Капуста тушенная	150	2,8	7,0	105	79	26	50	1,00	0,03	25,30	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,6	0,1	12	7	10	13	0,5	0,03	12,5	0
338	Фрукты свежие	171	0,7	0,5	80	33	21	27	3,9	0	8,5	0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Всего:	3,7	7,9	48,4	281	117	51	85	5,75	0,03	33,90	0,00
	Обед											
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
338	Фрукты свежие	171	0,7	0,5	80	33	21	27	3,9	0	8,5	0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	5,4	10,4	75,5	417	60	74	157	6,61	0,24	23,92	0,00
	Полдник											
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:	0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:	9,8	18,9	161,5	856	205	142	265	16,31	0,27	71,92	0,00
	Четверг											
	Завтрак											
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	14	24	14	42	0,6	0,04	10	0
338	Фрукты свежие	171	0,7	0,5	80	33	21	27	3,9	0	8,5	0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	45,0	92,4	1048,8	5240	1089	726	1307	94,25	1,08	414,38	0,00
	Обед											
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,6	0,1	12	7	10	13	0,5	0,03	12,5	0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	49	18	10	12	2,40	0,03	11,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	49	11	8	9	0,2	0	4,5	0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:	2,6	5,6	73,0	351	39	42	80	3,50	0,14	25,70	0,00
	Полдник											
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:	0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:	48,3	98,6	1159,4	5749	1156	785	1410	101,70	1,22	454,18	0,00
	Пятница											
	Завтрак											
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	161	20	17	34	0,75	0,05	9,49	0,00

71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	80	0,6	0,1	2,0	11	18	11	34	0,48	0,02	8,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		104,2	218,2	2539,0	12597	2507	1713	3091	221,38	2,69	998,35	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
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	0,4	0,0	1,3	7	12	7	21	0,30	0,00	5,00	0,00
338	Фрукты свежие	171	0,7	0,5	17,5	80	33	21	27	3,9	0	8,5	0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0	0,1	0
	Всего:		5,8	10,4	54,4	334	72	81	178	6,96	0,24	28,92	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		110,7	229,2	2631,0	13089	2607	1811	3292	232,29	2,93	1041,37	0,00
	<i>Вторая неделя</i>												
	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	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		1,6	10,7	62,8	354	45	32	54	4,63	0,04	30,10	0,00
	Обед												
88	Суп из овощей, с зеленью	200	1,4	4,0	7,6	72	18	15	42	0,64	0,16	10,40	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	80	0,6	0,1	2,0	11	18	11	34	0,48	0,02	8,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	80	0,9	0,16	3	17	11	16	21	0,7	0,05	20	0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0	0,1	0
	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:		2,2	4,2	55,9	269	41	30	84	2,02	0,18	18,50	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		4,5	15,5	156,3	781	114	79	161	10,60	0,22	62,70	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)	80	0,9	0,16	3	17	11	16	21	0,7	0,05	20	0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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	0,00
	Всего:		3,0	7,4	53,3	291	84	30	58	1,85	0,03	25,40	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
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	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
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17	69	9	3	6	0,1	0,01	15	0	0
	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:		3,1	15,3	70,0	428	36	42	96	1,68	0,16	41,20	0,00	0,00
	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00	0,00
	Итого:		6,8	23,3	160,9	877	148	89	177	7,48	0,19	80,70	0,00	0,00
	Среда													
	Завтрак													
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	80	0,6	0,1	2,0	11	18	11	34	0,48	0,02	8,00	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	35	0,4	0,1	1,3	8	5	7	9	0,31	0,02	8,8	0	0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		1,7	0,8	49,5	212	51	35	66	4,74	0,04	30,90	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
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00	0,00
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	50	0,8	2,6	6,0	50	21	7	14	0,30	0,01	13,20	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	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
	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:		6,0	13,0	91,5	504	71	73	159	6,11	0,25	42,62	0,00	0,00
	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00	0,00
	Итого:		8,4	14,4	178,6	874	150	125	248	14,80	0,29	87,62	0,00	0,00
	Четверг													
	Завтрак													
541/2004	Рагу овощное	130	2,2	2,3	14,2	87	16	14	32	0,50	0,04	8,30	0,00	0,00
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0	18,6	0	0
	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	10,1	41	5	4	8	0,85	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

			3,5	6,0	69,0	344	51	28	59	1,75	0,04	27,00	0,00
	Всего:												
	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
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,63	0,01	20	0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		10,6	27,5	210,6	1131	140	98	210	5,71	0,24	100,20	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		14,8	34,1	317,2	1633	219	143	292	11,41	0,28	141,30	0,00
	Пятница												
	Завтрак												
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0	18,6	0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	50	0,4	0,0	1,3	7	12	7	21	0,30	0,00	5,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		2,2	4,2	69,8	326	70	34	63	4,65	0,00	37,70	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
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3	6,8	59	26	9	17	0,3	0,01	16	0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	50	0,4	0,0	1,3	7	12	7	21	0,30	0,00	5,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		6,2	13,2	75,6	455	115	82	174	6,62	0,18	50,25	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		9,1	18,0	183,0	939	213	133	260	15,22	0,18	102,05	0,00
	Третья неделя												
	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	1,5	8	14	8	25	0,4	0	6	0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00

	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		2,3	6,6	68,6	343	68	39	5,62	0,02	26,54	0,00	0,00	0,00
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	0,90	0,11	10,20	0,00	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0	1,5	8	14	8	0,4	0	6	0	0	0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	0,9	0	0,1	0	0	0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		2,7	5,2	61,8	302	29	36	2,20	0,11	16,30	0,00	0,00	0,00
	Полдник													
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	0,85	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	3,10	0,00	14,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	3,95	0,00	14,10	0,00	0,00	0,00
	Итого:		5,7	12,4	168,0	803	125	92	11,77	0,13	56,94	0,00	0,00	0,00
	Вторник													
	Завтрак													
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	0,68	0,04	16,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	0,85	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	3,10	0,00	14,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		1,6	10,7	62,8	354	45	32	4,63	0,04	30,10	0,00	0,00	0,00
	Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	0,90	0,11	10,20	0,00	0,00	0,00
541/2004	Рагу овощное	130	2,2	2,3	14,2	87	16	14	0,50	0,04	8,30	0,00	0,00	0,00
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	75	1,2	3,9	9,0	75	31	11	0,40	0,01	19,80	0,00	0,00	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	0,10	0,01	15,00	0,00	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		5,6	11,4	90,4	484	66	52	1,90	0,17	53,30	0,00	0,00	0,00
	Полдник													
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	0,85	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	3,10	0,00	14,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		6,3	12,0	128,0	642	94	69	5,85	0,17	67,40	0,00	0,00	0,00
	Итого:		13,5	34,1	281,2	1480	206	153	12,38	0,38	150,80	0,00	0,00	0,00
	Среда													
	Завтрак													
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	0,75	0,05	9,49	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	2,4	0,03	11	0	0	0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	0,85	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		2,0	13,8	66,1	396	43	31	4,00	0,08	20,59	0,00	0,00	0,00

			3,5	5,3	72,5	352	49	48	103	5,11	0,13	23,22	0,00
	Всего:												
	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
348	Компот из кураги	200	1,1	0	13,2	86	33	21	29	0,7	0	0,9	0
	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:		4,0	15,2	66,2	445	60	60	119	2,28	0,15	27,10	0,00
	Полдник												
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		8,2	21,1	176,3	955	137	125	245	11,34	0,28	64,42	0,00
	<i>Четвертая неделя</i>												
	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	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		1,6	10,7	62,8	354	45	32	54	4,63	0,04	30,10	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	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0	4,1	0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		2,7	5,8	64,0	318	40	41	78	4,90	0,11	28,30	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		5,0	17,1	164,4	830	113	90	155	13,48	0,15	72,50	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)	40	0,3	0	1	6	9	6	17	0,2	0	4	0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		3,2	2,9	75,2	341	53	37	72	4,65	0,04	26,40	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)	60	0,5	0	1,5	8	14	8	25	0,4	0	6	0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		2,9	5,5	71,3	354	79	49	98	5,46	0,04	30,13	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		6,8	9,0	184,1	853	160	103	193	14,06	0,08	70,63	0,00
	Среда												
	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,75	0,05	9,49	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0	1,5	8	14	8	25	0,4	0	6	0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		2,6	13,9	56,7	362	62	42	82	5,10	0,05	29,59	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
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,40	0,00	18,60	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17	69	9	3	6	0,1	0,01	15	0
	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:		5,8	13,5	87,2	491	61	62	147	2,36	0,25	48,92	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		9,1	28,0	181,5	1011	151	121	252	11,41	0,30	92,61	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	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	9,3	24,3	23,3	350,0	263,3	86,7	166,7	3,3	0,1	84,3	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		12,3	31,7	76,6	641	347	117	225	5,18	0,13	109,73	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	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00

376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		28,2	79,3	230,1	1744	750	289	562	15,90	0,41	259,77	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		41,3	111,6	344,3	2543	1125	423	810	25,03	0,54	383,60	0,00
	Пятница												
	Завтрак												
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	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		3,2	5,3	71,5	346	40	42	86	4,91	0,13	19,22	0,00
	Обед												
ТТК 83	Суп Минестроне	200	2,4	4,2	10,8	90	114	126	342	0,58	0,27	28	0,3
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,75	0,05	9,49	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0	15	0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	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:		4,7	17,7	68,4	450	147	159	400	2,68	0,32	52,59	0,30
	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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Всего:		0,7	0,6	37,6	158	28	17	23	3,95	0,00	14,10	0,00
	Итого:		8,6	23,6	177,5	954	215	218	509	11,54	0,45	85,91	0,30
	Итого по меню:		227,0	485,9	5365,2	26846	5756	3558	6584	441,67	6,00	2219,82	0,00
	среднее за день		22,7	48,6	536,5	2685	516	356	658	44,17	0,60	221,98	0,00

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