



Александр Александрович
Иванов
Новосельский

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ «Дирекция по организации питания»
Е.В. Пороховой
«04» _____
Май 2026 г.

4-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся средних и старших классов на май 2025 - 2026 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

Канавинского района школы № 41,51,52,55,75,96,96ф,109,109ф,110,121,167,168,168ф,176,181, гимназия №50

Ленинского района школы № 60,62,72,91,94,97,100,101,106,120,123,138,160,175,177,182(1к),182(2к),185, гимназия №184, лицей №180

Московского района школы № 21,64,64ф,66,69,70,73,74,93,115(1к),115(2к),118,139,146,149,172,178, лицей №87, гимназия №67

Сормовского района школы № 9,26,27,76,77,78,79,81,84,85,117,117ф,141,183, лицей №82

Нижегородского района школы № 3,7,14,19,22,30,33,35,42,102,103,113, лицей №8,40, гимназии №№1, 13

Советского района школы № 18,24,29,44,46,47,49,54,122,151,173,188, 188ф,189, гимназии №№25, 53, лицей №28,38

Приокского района № 11,32,34,45,48,88,88ф,89,132,134,135,140,152,154,174, гимназия №17

Авгатоводского 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»

Наименование блюд

Первая неделя
Понедельник

	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)							Витамины (мг)									
		Белки	Жиры	Углеводы		Са	Мг	Р	Fe	B ₁	С	А										
Завтрак																						
14	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
210	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,5	0,1	1,0	0,0	0,0	0,0								
338	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0	0,0	0,0								
376	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0								
	41	3,3	0,8	23,5	115	16	0	0	0,8	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
		22,7	27,9	46,9	530	211	44	354	8,3	0,2	15,1	0,0	0,0	0,0								
Обед																						
101	265	5,6	6,8	17,0	152	15	27	67	1,0	0,1	8,3	0,0	0,0	0,0								
265	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0	0,0	0,0								
377	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0	0,0	0,0								
	35	2,6	0,4	15,9	78	26	0	0	1,4	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
		20,1	19,0	75,2	553	58	73	253	4,7	0,3	11,9	0,0	0,0	0,0								
Подлник																						
	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
338	115	0,5	0,5	11,3	51	18	11	13	2,5	0,0	11,5	0,0	0,0	0,0								
376	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0								
		8,7	7,6	80,3	429	23	15	21	3,4	0,0	11,6	0,0	0,0	0,0								
		51,5	54,5	202,4	1512	292	132	628	16,4	0,6	38,6	0,0	0,0	0,0								
Вторник																						
Завтрак																						
14	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
259	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	2,0	0,2	8,2	0,0	0,0	0,0								
	20	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
376	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0								
	23	1,8	0,5	13,2	64	9	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
		13,9	25,1	53,8	497	30	44	173	3,4	0,3	8,3	0,0	0,0	0,0								
Обед																						
82	250	1,7	4,9	9,9	91	34	21	50	1,1	0,2	10,4	0,0	0,0	0,0								
ТТК117	100	19,0	11,0	9,4	213	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0	1,0	1,0								
309	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
71	20	0,2	0,0	0,7	4	3	4	5	0,2	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0								
348	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0	0,0	0,0								
	25/15	3,0	0,6	19,4	95	24	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0								
		31,5	22,2	86,1	701	103	56	127	5,2	1,4	16,9	1,0	1,0	1,0								
Подлник																						
	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
377	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0	0,0	0,0								
		7,6	5,3	55,4	299	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0	0,0	0,0								
		53,0	52,6	195,3	1497	142	106	310	9,5	1,7	29,3	1,0	1,0	1,0								
Минералы:																						
Среда																						
Завтрак																						
14	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
260	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0								
304	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								

377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микроутриентами	32	2,5	0,6	17,7	84	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	Всего:		15,5	27,7	59,6	547	42	43	111	3,1	0,1	3,5	0,0
	Обед												
ТТК 370	Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	4,3	5,8	23,7	164	124	19	100	1,2	0,4	11,8	0,0
ТТК 274	Ёжки Аппетитные	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0
312	Пиоре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
71	Огурец свежий	25	0,2	0,0	0,7	4	5	4	10	0,2	0,0	25,0	0,0
388	Напиток из липовника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микроутриентами/ Батон, витаминный с микроутриентами	25/24	3,7	0,8	24,5	120	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		24,0	25,0	95,9	704	230	74	289	5,5	0,7	58,1	0,1
	Подлник												
377	Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Всего:		6,8	6,6	91,3	293	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Итого:		46,3	59,3	246,8	1544	281	123	410	9,5	0,8	65,7	0,2
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	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 рассычатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
245/1	Кофейный напиток быстрорастворимый	200	2,6	1,8	16,6	93	84	10	63	0,1	0,0	0,9	14,0
	Батон, витаминный с микроутриентами	35	7,6	1,7	51,1	251	50	0	0	2,6	0,3	0,0	0,0
	Всего:		34,3	34,5	122,1	937	166	181	363	9,1	0,9	0,9	14,0
	Обед												
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	7,7	7,0	7,2	120	24	33	102	1,2	0,1	5,3	0,5
431/2004	Печень по-строгановски	100	13,2	10,1	7,1	173	18	16	233	4,9	0,2	8,2	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
71	Огурец свежий	25	0,2	0,0	0,7	4	5	4	10	0,2	0,0	25,0	0,0
	Вафли	20	0,8	7,0	10,8	110	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микроутриентами	41	3,0	0,5	17,7	87	30	0	0	1,6	0,2	0,0	0,0
	Всего:		31,6	30,4	82,0	727	90	66	395	9,7	0,5	38,6	0,6
	Подлник												
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Всего:		4,8	11,6	57,8	353	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Итого:		70,7	76,5	261,9	2017	265	253	768	19,7	1,4	43,6	14,6
	Пятница												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
291	Пилов из филе индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/15	0,3	0,1	5,5	24	11	6	12	0,9	0,0	6,1	0,0
	Батон, витаминный с микроутриентами	34	7,5	1,6	51,0	247	50	0	0	2,6	0,3	0,0	0,0
	Всего:		18,7	28,1	105,0	747	84	42	114	5,2	0,6	10,1	0,0
	Обед												
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0
ТТК 65	Митболлы в томатном соусе	100/50	19,8	18,2	11,5	286	18	19	12	1,5	0,2	0,6	0,0
312	Пиоре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1	0,1
71	Огулы свежие (дол.гарнир)	20	0,2	0,0	0,5	3	5	3	8	0,1	0,0	2,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0

	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/19	3,3	0,7	21,7	106	26	0	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	Всего:		28,9	27,2	62,5	620	108	80	180	5,8	0,9	7,9	0,2	
	Полдник													
	Нижетордовская слоба с маком глазированной	100	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ТТК 243 Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0	
	Всего:		8,0	9,0	101,0	512	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0	
	Ужин:		55,7	64,3	268,5	1879	195	122	300	11,0	1,5	25,6	0,2	
	Суббота													
	Завтрак													
	ТТК 99 Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,9	0,0	0,2	3,6	
	309 Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0	
	ТТК206 Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Батон, витаминный с микроэлементами	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0	
	Всего:	34	2,7	0,7	19,4	95	14	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0	
	Обед		24,7	20,7	83,9	620	185	66	221	2,7	0,2	4,7	3,6	
	102 Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0	
	278 Тедтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,1	0,2	0,3	0,0	
	ТТК565 Булгур отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,5	0,0	0,0	0,0	
	338 Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0	
	376 Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/19	3,3	0,7	21,7	106	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0	
	Всего:		27,0	29,5	99,2	800	116	81	244	8,0	0,8	20,4	0,1	
	Полдник													
	Изделие слоёное "Ямарочное с варёной ступёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	377 Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0	
	Всего:		7,6	5,3	55,4	299	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0	
	Ужин:		59,3	55,5	238,5	1719	309	153	475	11,6	0,9	29,2	3,7	
	Вторая неделя													
	Понедельник													
	Завтрак													
	14 Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ТТК 57 Пудинг "Лаконка" с вареньем	150/35	14,1	12,6	59,7	392	13	6	24	0,4	0,0	0,3	0,0	
	376 Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	
	Батон, витаминный с микроэлементами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,8	0,1	0,0	0,0	
	Всего:		17,6	24,4	87,8	624	38	10	37	2,1	0,2	0,4	0,0	
	Обед													
	99 Суп из овощей с зеленью	250	1,7	5,0	9,5	90	22	19	52	0,8	0,2	13,0	0,0	
	260 Гуляш из говядины	100	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0	
	302 Каша гречневая Расщипчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0	
	348 Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0	
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/26	3,9	0,8	25,7	126	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0	
	Всего:		27,5	25,1	94,9	744	117	219	346	9,6	0,7	14,4	0,0	
	Полдник													
	Плошка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	338 Яблоко свежее	115	0,5	0,5	11,3	51	18	11	13	2,5	0,0	11,5	0,0	
	376 Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	
	Всего:		8,7	7,6	80,3	429	23	15	21	3,4	0,0	11,6	0,0	

		Вторник																							
				53,8		57,1		263,0		1797		178		244		404		15,1		0,9		26,4		0,1	
<i>Итого:</i>																									
Завтрак																									
875/2022	Оладьи-сендвичи с варёной ступёнкой с маслом	180/5	9,9	23,0	94,5	632	118	26	165	1,3	0,2	1,1	0,1												
338	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	45	16	9	11	2,2	0,0	10,0	0,0												
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0												
<i>Всего:</i>																									
<i>Обед</i>																									
157	Соленька домашняя со сметаной, зеленью	260	7,7	7,0	7,2	120	24	33	102	1,2	0,1	5,3	0,5												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0												
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0												
71	Огурец свежий	25	0,2	0,0	0,7	4	5	4	10	0,2	0,0	25,0	0,0												
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0												
Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами																									
<i>Всего:</i>																									
<i>Подлник</i>																									
377	Изделие сладкое "Ярмарочное с варёной ступёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
<i>Всего:</i>																									
<i>Итого:</i>																									
<i>Среда</i>																									
Завтрак																									
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,0												
291	Плов из филе индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0												
245/1	Кофейный напиток быстрорастворимый	200	2,6	1,8	16,6	93	84	10	63	0,1	0,0	0,9	14,0												
Батон, витаминный с микроэлементами																									
<i>Всего:</i>																									
<i>Обед</i>																									
96	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0												
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4												
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1												
Печенье																									
ТТК 206	Компот из ягод	200	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами																									
<i>Всего:</i>																									
<i>Подлник</i>																									
377	Салоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
Чай с лимоном																									
<i>Всего:</i>																									
<i>Итого:</i>																									
<i>Четверг</i>																									
Завтрак																									
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0												
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0												
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0												
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0												
Батон, витаминный с микроэлементами																									
<i>Всего:</i>																									
<i>Обед</i>																									
<i>Всего:</i>																									

	Батон, витаминный с микроэлементами	37	3,0	0,7	21,2	104	15	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0
	Всего:		20,7	30,5	73,4	650	62	173	266	7,9	0,4	1,9	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,9	91	34	21	50	1,1	0,2	10,4	0,0
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4
312	Пюре картофельное	200	4,2	7,0	16,1	144	52	37	110	1,3	0,2	6,8	0,1
	Печенье	20	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/41	5,1	1,1	34,3	168	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	Всего:		28,1	28,8	103,7	786	193	109	345	5,7	0,8	22,1	4,5
	Подлник												
	Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Всего:		6,8	6,6	91,3	293	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Итого:		55,6	65,9	268,4	1729	264	288	621	14,5	1,2	28,1	4,5
	Четверг												
	Завтрак												
278	Тертели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,1	0,2	0,3	0,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	120	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,6	0,1	2,0	22	7	10	13	0,5	0,0	12,5	0,0
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	36	2,9	0,7	20,6	101	14	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0
	Всего:		22,0	25,0	76,6	620	63	52	168	2,8	0,4	16,9	0,1
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0
ТТК117	Виточки с сыром	100	19,0	11,0	9,4	213	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/42	5,2	1,1	35,0	170	35	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	Всего:		36,2	23,1	121,2	838	77	42	136	5,7	1,7	14,2	1,0
	Подлник												
	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной слущённой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Всего:		7,6	5,3	55,4	299	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
	Итого:		65,8	53,4	253,2	1757	150	100	314	9,4	2,1	35,2	1,1
	Пятница												
	Завтрак												
271	Виточки "Школьные"	100	16,5	17,1	9,3	257	32	16	107	1,2	0,2	0,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
	Печенье	20	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	52	4,2	1,0	29,7	146	21	0	0	1,0	0,2	0,0	0,0
	Всего:		26,4	27,7	71,7	644	107	54	216	4,3	0,4	3,5	0,1
	Обед												
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	6,4	5,9	5,8	99	21	27	59	0,9	0,1	4,2	0,5
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,2	0,4	0,0
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/17	3,2	0,6	20,5	101	25	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0

Хлеб полезный с микроутриентами/ Батон, витаминный с микроутриентами	25/41	5,1	1,1	34,3	168	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
Всего:		32,2	31,7	119,4	892	120	205	395	9,0	0,8	21,4	0,1
Полдник												
Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
Чай с лимоном	200/10	0,3	0,1	5,3	23	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
Всего:		4,8	11,6	57,8	353	9	6	10	0,9	0,0	4,1	0,0
Итого:		66,7	70,0	261,8	1944	222	309	626	17,1	1,2	40,9	0,2
Итого по меню:		1380,4	1442,5	5903,5	41606	5853	3933	10816	287,1	29,0	801,7	57,4
среднее за день		57,5	60,1	246,0	1734	244	164	451	12,0	1,2	33,4	2,4

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