

«СОГЛАСОВАНО»



Директор МБУ «Дирекция по организации питания»  
Е.В. Пороховой  
05.09.2024

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор МБУ «Дирекция по организации питания»  
Е.В. Пороховой  
2024 г.

4-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся средних и старших классов на сентябрь 2024 года в общеобразовательных учреждениях:

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

Ленинского района № 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 № 21, 64, 66, 69, 70, 73, 74, 93, 115(1к), 115(2к), 118, 139, 146, 149, 172, 178, лицей №87, гимназия №67 Сормовского района № 9, 26, 27, 76, 77, 78, 81, 84, 85, 117, 117Ф, 141, 183, лицей №82

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

Советского района № 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 151, 173, 188, гимназии №№ 25, 53

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

Автомобильного района № 5, 6, 12, 15, 16, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 111, 114, 119, 124, 125, 127, 127Ф, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161, 169, 170, 171, 179, 190

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюда	Выход порции (г)	Пищевые вещества				Энергетиче-ская ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)										
			белки	жиры	углеводы	Са		Мg	P	Fe	Вг	С	А					
	<i>Первая неделя</i>																	
	<i>Понедельник</i>																	
	<b>Завтрак</b>																	
ТТК 57	Пудинг "Лакомка" с вареньем	200/25	19,1	12,2	70,4	467	16	6	31	0,50	0,04	0,30	0,03					
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00					
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00					
	<b>Всего:</b>		<b>21,4</b>	<b>12,8</b>	<b>95,0</b>	<b>580</b>	<b>34</b>	<b>11</b>	<b>41</b>	<b>1,89</b>	<b>0,12</b>	<b>3,20</b>	<b>0,03</b>					
	<b>Обед</b>																	
ТТК 83	Суп "Минестроне"	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,73	0,34	35,00	0,38					
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	16	23	1,09	0,05	0,58	0,01					
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03					
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00					
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00					
	<b>Всего:</b>		<b>19,9</b>	<b>21,4</b>	<b>88,6</b>	<b>640</b>	<b>202</b>	<b>186</b>	<b>496</b>	<b>5,11</b>	<b>0,63</b>	<b>39,68</b>	<b>0,42</b>					
	<b>Поддник</b>																	
ТТК 141	Пицца сырная	100	14,4	17,1	35,3	353	388	31	289	0,80	0,10	0,27	0,03					
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00					
	<b>Всего:</b>		<b>15,1</b>	<b>17,4</b>	<b>59,9</b>	<b>457</b>	<b>398</b>	<b>34</b>	<b>292</b>	<b>1,45</b>	<b>0,11</b>	<b>20,27</b>	<b>0,03</b>					
	<b>Вторник</b>																	
	<i>Вторник</i>																	
	<b>Завтрак</b>																	
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00					
210	Омлет натуральный	200	18,6	20,0	4,6	270	165	27	328	3,46	0,09	0,98	0,02					
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,10	0,30	0,90	0,14					
	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,80	0,13	0,00	0,00					
	<b>Всего:</b>		<b>24,7</b>	<b>32,0</b>	<b>53,3</b>	<b>598</b>	<b>266</b>	<b>37</b>	<b>391</b>	<b>4,36</b>	<b>0,52</b>	<b>1,88</b>	<b>0,16</b>					
	<b>Обед</b>																	
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	265	4,2	4,5	9,2	94	33	23	73	1,23	0,05	9,20	0,01					
438	Азу из говядины	200	10,4	11,9	21,3	234	19	41	82	2,00	0,20	24,70	0,00					
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00					
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/50	5,8	1,3	39,4	193	38	0	0	2,00	0,30	0,00	0,00					
	<b>Всего:</b>		<b>21,4</b>	<b>17,7</b>	<b>83,1</b>	<b>607</b>	<b>123</b>	<b>85</b>	<b>184</b>	<b>5,92</b>	<b>0,57</b>	<b>34,79</b>	<b>0,01</b>					
	<b>Поддник</b>																	
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00					







		Четверг													
Завтрак															
278	Тфтели мясные в соусе	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04		
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06		
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,03	0,00	7,60	0,00		
	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,80	0,13	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>20,8</b>	<b>23,7</b>	<b>80,4</b>	<b>618</b>	<b>96</b>	<b>46</b>	<b>177</b>	<b>2,11</b>	<b>0,31</b>	<b>8,22</b>	<b>0,10</b>		
	Обед														
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	260	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,90	0,10	17,40	0,00		
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,10	0,10	1,70	0,10		
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03		
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,00	0,00	2,10	0,00		
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/50	5,8	1,3	39,4	193	38	0	0	1,98	0,25	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>40,5</b>	<b>27,7</b>	<b>106,2</b>	<b>837</b>	<b>99</b>	<b>117</b>	<b>287</b>	<b>6,89</b>	<b>0,52</b>	<b>21,20</b>	<b>0,13</b>		
	Полдник														
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
ТТК 376	Пирожок печёный слоёный с курагой	75	4,6	4,0	30,1	174	51	27	60	0,96	0,06	0,02	0,01		
	<b>Всего:</b>		<b>6,6</b>	<b>5,0</b>	<b>52,1</b>	<b>274</b>	<b>51</b>	<b>27</b>	<b>60</b>	<b>0,96</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>		
	<i>Итого:</i>		<i>67,9</i>	<i>56,4</i>	<i>238,7</i>	<i>1729</i>	<i>246</i>	<i>190</i>	<i>524</i>	<i>9,96</i>	<i>0,89</i>	<i>29,44</i>	<i>0,24</i>		
	Пятница														
	Завтрак														
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
ТТК 552	Индейка с булгуром	200	13,2	16,8	37,0	352	80	6	58	0,80	0,03	0,00	0,00		
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	0,6	0,1	1,8	10	16	10	29	0,42	0,02	7,00	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		
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>16,2</b>	<b>23,7</b>	<b>65,6</b>	<b>540</b>	<b>114</b>	<b>21</b>	<b>97</b>	<b>2,62</b>	<b>0,15</b>	<b>9,90</b>	<b>0,00</b>		
	Обед														
177/2004	Булвон с куриным филе, грибами, зеленью	30/15/250	11,0	0,9	13,7	107	13	28	44	0,90	0,10	0,80	0,02		
259	Жаркое по-домашнему	200	13,3	9,4	19,2	215	18	33	83	1,29	0,13	8,43	0,00		
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00		
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>29,1</b>	<b>11,1</b>	<b>71,2</b>	<b>531</b>	<b>92</b>	<b>82</b>	<b>156</b>	<b>4,39</b>	<b>0,43</b>	<b>10,13</b>	<b>0,02</b>		
	Полдник														
ТТК 224/4	Пицца "Школьная"	100	13,5	10,4	31,5	274	170	40	182	1,00	0,09	2,40	0,03		
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>14,2</b>	<b>10,7</b>	<b>56,1</b>	<b>378</b>	<b>180</b>	<b>43</b>	<b>185</b>	<b>1,65</b>	<b>0,10</b>	<b>22,40</b>	<b>0,03</b>		
	<i>Итого:</i>		<i>59,5</i>	<i>45,5</i>	<i>192,9</i>	<i>1449</i>	<i>386</i>	<i>146</i>	<i>438</i>	<i>8,66</i>	<i>0,68</i>	<i>42,43</i>	<i>0,05</i>		



ТТК 29	Булочка обсыпанная с творогом	70	8,2	7,2	24,0	194	59	13	86	0,54	0,06	0,02	0,01
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>8,6</b>	<b>7,6</b>	<b>57,2</b>	<b>333</b>	<b>77</b>	<b>23</b>	<b>98</b>	<b>2,94</b>	<b>0,06</b>	<b>11,02</b>	<b>0,01</b>	
	<i>Минус:</i>	<i>54,7</i>	<i>57,3</i>	<i>193,6</i>	<i>1538</i>	<i>466</i>	<i>145</i>	<i>673</i>	<i>13,22</i>	<i>1,15</i>	<i>47,69</i>	<i>0,18</i>	
	Среда												
	Завтрак												
ТТК 67	Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	15,6	11,6	2,7	178	133	17	84	1,30	0,06	0,19	0,30
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>28,1</b>	<b>21,0</b>	<b>71,4</b>	<b>587</b>	<b>169</b>	<b>183</b>	<b>336</b>	<b>8,09</b>	<b>0,39</b>	<b>3,09</b>	<b>0,33</b>	
	Обед												
99	Суп из овощей с мясом, зеленью	260	3,4	4,0	9,3	90	18	20	44	0,93	0,08	11,90	0,01
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>27,7</b>	<b>21,9</b>	<b>90,0</b>	<b>672</b>	<b>75</b>	<b>47</b>	<b>148</b>	<b>4,52</b>	<b>0,62</b>	<b>16,40</b>	<b>0,04</b>	
	Подник												
ТТК 376	Пирожок печеный слоеный с мясом луком	75	9,7	9,3	18,2	195	23	16	96	1,03	0,13	0,18	0,01
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,91	0,01	4,09	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>9,9</b>	<b>9,5</b>	<b>32,1</b>	<b>253</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>1,94</b>	<b>0,14</b>	<b>4,27</b>	<b>0,01</b>	
	<i>Минус:</i>	<i>65,7</i>	<i>52,4</i>	<i>193,5</i>	<i>1512</i>	<i>274</i>	<i>250</i>	<i>584</i>	<i>14,55</i>	<i>1,15</i>	<i>23,76</i>	<i>0,38</i>	
	Четверг												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины	100	8,4	8,6	3,7	126	16	15	104	0,97	0,02	0,62	0,01
ТТК 565	Булгур отварной	180	4,4	7,6	34,2	259	1	23	74	0,62	0,03	0,00	0,03
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,03	0,00	7,60	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>14,8</b>	<b>16,7</b>	<b>80,2</b>	<b>567</b>	<b>30</b>	<b>38</b>	<b>184</b>	<b>2,12</b>	<b>0,13</b>	<b>8,22</b>	<b>0,04</b>	
	Обед												
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	4,8	4,0	14,0	111	9	18	73	1,00	0,10	5,20	0,00
ТТК 66	Голубцы из индейки с цветной капустой	108/50	8,1	13,7	10,3	197	38	12	61	1,70	0,10	4,70	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>20,7</b>	<b>24,9</b>	<b>74,0</b>	<b>602</b>	<b>126</b>	<b>67</b>	<b>241</b>	<b>6,23</b>	<b>0,41</b>	<b>10,36</b>	<b>0,07</b>	



	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>32,6</b>	<b>24,9</b>	<b>107,1</b>	<b>783</b>	<b>146</b>	<b>84</b>	<b>255</b>	<b>7,53</b>	<b>1,03</b>	<b>25,36</b>	<b>0,06</b>
	Полдник												
ТТК 376	Пирожок печёный слоёный с курицей и капустой	75	8,8	5,6	18,6	160	28	25	57	0,72	0,06	0,90	0,02
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,91	0,01	4,09	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>9,4</b>	<b>6,2</b>	<b>43,3</b>	<b>267</b>	<b>53</b>	<b>39</b>	<b>73</b>	<b>4,03</b>	<b>0,07</b>	<b>15,99</b>	<b>0,02</b>
	<b>Итого:</b>		<b>75,4</b>	<b>61,5</b>	<b>222,7</b>	<b>1746</b>	<b>248</b>	<b>235</b>	<b>567</b>	<b>16,40</b>	<b>1,40</b>	<b>55,61</b>	<b>0,23</b>
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,01	0,00	0,04
15	Сыр порционный	15	3,5	4,4	0,0	53	150	8	90	0,15	0,01	0,12	0,05
ТТК 552	Индийка с булгуром	200	12,8	15,5	39,8	350	73	5	51	0,70	0,02	0,00	0,00
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,10	0,30	0,90	0,14
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>20,5</b>	<b>29,6</b>	<b>72,4</b>	<b>635</b>	<b>310</b>	<b>23</b>	<b>207</b>	<b>0,97</b>	<b>0,34</b>	<b>1,02</b>	<b>0,23</b>
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	265	5,5	4,7	16,6	127	19	26	99	1,15	0,10	7,10	0,01
ТТК 55	Рагу из говядины	200	11,3	10,8	16,9	211	21	36	73	2,00	0,20	41,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>20,3</b>	<b>16,4</b>	<b>64,6</b>	<b>482</b>	<b>66</b>	<b>67</b>	<b>182</b>	<b>5,02</b>	<b>0,39</b>	<b>51,00</b>	<b>0,01</b>
	Полдник												
ТТК 357/1	Плюшка с маком	95	7,9	8,6	41,4	275	32	12	70	0,80	0,06	0,20	0,03
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>9,0</b>	<b>9,3</b>	<b>76,8</b>	<b>428</b>	<b>60</b>	<b>25</b>	<b>85</b>	<b>3,85</b>	<b>0,07</b>	<b>31,20</b>	<b>0,03</b>
	<b>Итого:</b>		<b>49,8</b>	<b>55,3</b>	<b>213,8</b>	<b>1545</b>	<b>436</b>	<b>115</b>	<b>474</b>	<b>9,84</b>	<b>0,80</b>	<b>83,22</b>	<b>0,27</b>
	Вторник												
	Завтрак												
295	Котлета куриная	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,80	0,20	1,30	0,06
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
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	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,10	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>27,0</b>	<b>16,4</b>	<b>69,4</b>	<b>533</b>	<b>123</b>	<b>119</b>	<b>270</b>	<b>6,83</b>	<b>0,31</b>	<b>12,76</b>	<b>0,12</b>



14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
210	Омлет натуральный	200	18,6	20,0	4,6	270	165	27	328	3,46	0,09	0,98	0,02		
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,10	0,30	0,90	0,14		
	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,0	1,0	28,6	140	20	0	0	1,00	0,20	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>25,5</b>	<b>32,2</b>	<b>59,0</b>	<b>626</b>	<b>270</b>	<b>37</b>	<b>391</b>	<b>4,56</b>	<b>0,59</b>	<b>1,88</b>	<b>0,16</b>		
	<b>Обед</b>														
ТТК 52	Борщ "Нижегородский" мясной со сметаной, зеленью	255	6,6	4,6	8,4	104	31	35	75	1,60	0,10	11,30	0,00		
ТТК 274	Ёжики "Аппетитные"	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,80	0,10	1,00	0,00		
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06		
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,90	0,00	2,90	0,00		
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>25,8</b>	<b>23,6</b>	<b>71,2</b>	<b>602</b>	<b>130</b>	<b>88</b>	<b>261</b>	<b>5,98</b>	<b>0,41</b>	<b>15,56</b>	<b>0,06</b>		
	<b>Поддник</b>														
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
ТТК 376	Пирожок печёный слоёный с мясом рисом	70	8,5	9,3	18,9	194	21	15	87	0,87	0,12	0,04	0,01		
	<b>Всего:</b>		<b>8,5</b>	<b>9,3</b>	<b>41,3</b>	<b>284</b>	<b>21</b>	<b>15</b>	<b>87</b>	<b>0,87</b>	<b>0,12</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>		
	<b>Итого:</b>		<b>59,8</b>	<b>65,1</b>	<b>171,5</b>	<b>1512</b>	<b>421</b>	<b>140</b>	<b>739</b>	<b>11,41</b>	<b>1,12</b>	<b>17,48</b>	<b>0,22</b>		
	<b>Завтрак</b>														
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
291	Плов из индейки	200	10,7	17,1	44,5	375	12	30	84	1,40	0,00	2,30	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	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00		
	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,80	0,13	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>14,6</b>	<b>24,6</b>	<b>90,5</b>	<b>642</b>	<b>51</b>	<b>44</b>	<b>104</b>	<b>5,50</b>	<b>0,13</b>	<b>13,40</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Обед</b>														
102	Суп картофельный с чечевичей, мясом, зеленью	260	10,1	4,3	23,1	172	33	17	69	3,20	0,80	13,00	0,15		
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00		
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03		
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00		
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>38,9</b>	<b>25,2</b>	<b>115,6</b>	<b>875</b>	<b>122</b>	<b>209</b>	<b>393</b>	<b>11,80</b>	<b>1,55</b>	<b>13,90</b>	<b>0,18</b>		
	<b>Поддник</b>														
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	3,0	2,8	9,5	75	238	28	182	0,20	0,10	1,20	0,00		
ТТК 246	Плюшка с сахаром	80	5,3	8,0	38,8	248	8	8	41	0,64	0,06	0,00	0,00		
	<b>Всего:</b>		<b>8,3</b>	<b>10,8</b>	<b>48,3</b>	<b>323</b>	<b>246</b>	<b>36</b>	<b>223</b>	<b>0,84</b>	<b>0,16</b>	<b>1,20</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Итого:</b>		<b>61,8</b>	<b>60,6</b>	<b>254,4</b>	<b>1840</b>	<b>419</b>	<b>289</b>	<b>720</b>	<b>18,14</b>	<b>1,84</b>	<b>28,50</b>	<b>0,18</b>		

		Суббота															
Завтрак																	
ТТК 163	Филе куриное с ананасами	100	18,5	9,0	7,7	186	100	66	179	1,00	0,05	1,30	0,07				
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03				
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00				
	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,80	0,13	0,00	0,00				
	<b>Всего:</b>		<b>28,4</b>	<b>15,6</b>	<b>74,2</b>	<b>551</b>	<b>129</b>	<b>79</b>	<b>229</b>	<b>3,61</b>	<b>0,25</b>	<b>1,40</b>	<b>0,10</b>				
	<b>Обед</b>																
119	Суп гороховый с гречками	250/15	10,1	6,1	31,5	221	40	31	79	2,90	0,49	0,00	0,00				
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00				
321	Капуста тушёная	180	3,6	4,3	9,4	116	100	34	69	1,30	0,05	30,60	0,06				
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,03	11,00	0,00				
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,03	0,00	7,60	0,00				
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00				
	<b>Всего:</b>		<b>31,7</b>	<b>22,9</b>	<b>114,9</b>	<b>819</b>	<b>199</b>	<b>85</b>	<b>219</b>	<b>9,13</b>	<b>1,07</b>	<b>49,20</b>	<b>0,06</b>				
	<b>Полдник</b>																
	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				
ТТК 22	Пиошка Московская	70	5,1	5,4	31,7	196	23	8	46	0,54	0,05	0,17	0,01				
	<b>Всего:</b>		<b>7,1</b>	<b>11,8</b>	<b>50,7</b>	<b>336</b>	<b>23</b>	<b>8</b>	<b>46</b>	<b>0,54</b>	<b>0,05</b>	<b>0,17</b>	<b>0,01</b>				
	<b>Итого:</b>		<b>67,2</b>	<b>50,3</b>	<b>239,8</b>	<b>1706</b>	<b>351</b>	<b>172</b>	<b>494</b>	<b>13,28</b>	<b>1,37</b>	<b>50,77</b>	<b>0,17</b>				
	Четвёртая неделя																
	<b>Понедельник</b>																
	<b>Завтрак</b>																
ТТК 73	Отбивная из филе индейки	100	20,0	15,5	12,5	271	10	10	16	0,80	0,05	0,00	0,02				
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03				
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00				
	Батон, обогащённый йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
	<b>Всего:</b>		<b>28,1</b>	<b>21,8</b>	<b>66,1</b>	<b>572</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>66</b>	<b>2,61</b>	<b>0,12</b>	<b>0,10</b>	<b>0,05</b>				
	<b>Обед</b>																
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	4,8	4,0	14,0	111	9	18	73	1,00	0,10	5,20	0,00				
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	16	23	1,09	0,05	0,58	0,01				
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06				
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00				
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащённый йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00				
	<b>Всего:</b>		<b>18,4</b>	<b>20,8</b>	<b>65,8</b>	<b>534</b>	<b>96</b>	<b>71</b>	<b>199</b>	<b>5,15</b>	<b>0,25</b>	<b>10,24</b>	<b>0,07</b>				
	<b>Полдник</b>																
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00				
ТТК 27	Хачапури	100	12,8	15,0	27,8	298	289	25	204	0,70	0,07	0,06	0,03				



	<b>Всего:</b>			<b>40,4</b>	<b>29,1</b>	<b>109,4</b>	<b>856</b>	<b>64</b>	<b>145</b>	<b>359</b>	<b>5,84</b>	<b>0,45</b>	<b>14,30</b>	<b>0,14</b>
	Подлинник													
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	<b>200</b>	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 376	Пирожок печёный слоёный с курагой	<b>75</b>	4,6	4,0	30,1	174	51	27	60	0,96	0,06	0,06	0,02	0,01
	<b>Всего:</b>		<b>6,6</b>	<b>5,0</b>	<b>52,1</b>	<b>274</b>	<b>51</b>	<b>27</b>	<b>60</b>	<b>0,96</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>
	<i>Итого:</i>		71,0	66,6	246,5	1859	178	199	543	9,51	0,88	0,88	17,48	0,22
	Суббота													
	Завтрак													
259	Жаркое по-домашнему	<b>200</b>	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	1,99	0,17	8,16	0,00	
338	Фрукты свежие	<b>110</b>	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,03	11,00	0,00	
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	<b>200</b>	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,10	0,30	0,90	0,14	
	Батон, обогащенный йодоказеином	<b>20</b>	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
	<b>Всего:</b>		<b>14,6</b>	<b>14,8</b>	<b>62,6</b>	<b>441</b>	<b>119</b>	<b>60</b>	<b>240</b>	<b>4,49</b>	<b>0,50</b>	<b>20,06</b>	<b>0,14</b>	
	Обед													
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	<b>260</b>	4,8	4,0	14,0	111	9	18	73	1,00	0,10	5,20	0,00	
271	Биточки домашние	<b>100</b>	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00	
302	Каша гречневая рассыпчатая	<b>180</b>	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03	
ТТК 206	Компот из ягод	<b>200</b>	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00	
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	<b>25/20</b>	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00	
	<b>Всего:</b>		<b>32,2</b>	<b>25,0</b>	<b>101,0</b>	<b>755</b>	<b>66</b>	<b>197</b>	<b>377</b>	<b>8,58</b>	<b>0,74</b>	<b>9,70</b>	<b>0,03</b>	
	Подлинник													
	Напиток овсяный шоколадный, обогащенный кальцием и витамином В <sub>2</sub>	<b>200</b>	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТТК 22	Плюшка Московская	<b>65</b>	4,9	5,1	29,6	184	22	8	47	0,50	0,10	0,20	0,00	
	<b>Всего:</b>		<b>6,9</b>	<b>11,5</b>	<b>48,6</b>	<b>324</b>	<b>22</b>	<b>8</b>	<b>47</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	
	<i>Итого:</i>		53,7	51,3	212,2	1520	207	265	664	13,57	1,34	29,96	0,17	
	Итого по меню:	<b>0,0</b>	<b>1447,8</b>	<b>1355,8</b>	<b>5082,0</b>	<b>38725</b>	<b>8267</b>	<b>4840</b>	<b>14181</b>	<b>276,38</b>	<b>24,77</b>	<b>836,60</b>	<b>5,03</b>	
	среднее за день	<b>0,0</b>	<b>60,3</b>	<b>56,5</b>	<b>211,7</b>	<b>1614</b>	<b>344</b>	<b>202</b>	<b>591</b>	<b>11,52</b>	<b>1,03</b>	<b>34,86</b>	<b>0,21</b>	

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