

«СОГЛАСОВАНО»

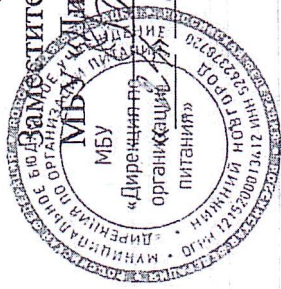
*Директор МБУ, Школа №34*  
*Масл. Маслова С.Н.*

«УТВЕРЖДАЮ»

Заместитель директора по производству  
Дирекция по организации питания»

*М.П. Е.И. Корнева*

*август 2023 г.*



4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на первую четверть 2023-2024 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

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

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

Московского района школы №№ 21, 64, 64Ф, 66, 69, 70, 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, 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, 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, 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»







<b>Завтрак</b>													
ГТК 53	Бутерброд горячий с помидорами и сыром	65	7,8	13,0	12,2	198	273	18	163	0,6	0,2	0,5	0,0
182	Каша молочная пшеница жидкая с маслом	200/5	6,4	7,6	28,3	207	155	38	170	0,8	0,1	1,6	0,0
338	Фрукты свежие	200	0,8	0,6	20,6	92	91	24	32	4,6	0,0	10,0	0,0
382	Какао с молоком	200	3,9	3,1	21,1	128	126	31	116	1,0	0,0	1,3	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>20,9</b>	<b>24,8</b>	<b>96,5</b>	<b>695</b>	<b>655</b>	<b>111</b>	<b>481</b>	<b>7,5</b>	<b>0,4</b>	<b>13,4</b>	<b>0,0</b>
<b>Обед</b>													
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,9	0,1	17,4	0,0
ГТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,1	0,1	1,7	0,1
312	Шоре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1	0,1
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	0,0	4,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>36,2</b>	<b>26,6</b>	<b>70,7</b>	<b>697</b>	<b>153</b>	<b>158</b>	<b>367</b>	<b>6,4</b>	<b>0,5</b>	<b>29,0</b>	<b>0,1</b>
<b>Полдник</b>													
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В <sub>2</sub>	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ГТК 22	Плюшка Московская	75	5,7	5,9	34,1	212	25	10	54	0,6	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>7,7</b>	<b>12,3</b>	<b>53,1</b>	<b>352</b>	<b>25</b>	<b>10</b>	<b>54</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>64,8</b>	<b>63,7</b>	<b>220,3</b>	<b>1744</b>	<b>833</b>	<b>279</b>	<b>902</b>	<b>14,5</b>	<b>1,0</b>	<b>42,5</b>	<b>0,2</b>
<b>Пятница</b>													
<b>Завтрак</b>													
	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
ГТК 6	Котлеты из индейки	90	12,5	8,3	3,9	140	6	17	49	0,8	0,2	0,0	0,0
309	Вермишель отварная	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	50	0,6	0,1	1,9	12	7	10	13	0,5	0,0	12,5	0,0
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>21,5</b>	<b>25,4</b>	<b>73,0</b>	<b>607</b>	<b>60</b>	<b>53</b>	<b>125</b>	<b>6,7</b>	<b>0,4</b>	<b>27,6</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>													
177/2004	Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	11,0	0,9	13,7	107	13	28	44	0,9	0,1	0,8	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	13,3	9,4	19,2	215	18	33	83	1,3	0,1	8,4	0,0
ГТК 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
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0



	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		29,7	14,4	89,4	608	95	73	147	4,6	0,4	45,2	0,0
386	Полдник	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,2	0,1	1,8	0,0
410	Кисломолочный напиток "Снежок"	85	21,0	15,3	37,5	372	73	26	283	2,9	0,2	0,1	0,2
	Ватрушка с творогом		26,6	20,3	59,5	528	315	56	471	3,1	0,3	1,9	0,2
	<i>Всего:</i>		77,8	60,1	221,9	1743	470	182	743	14,5	1,1	74,8	0,4
	<i>Итого:</i>												
	<i>Вторая неделя</i>												
	Понедельник												
	Завтрак												
183	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
	Каша молочная гречневая жидкая с маслом	200/5	9,0	8,5	35,3	253	176	99	244	2,8	0,2	1,8	0,0
	Йогурт "Растишка"	110	4,2	3,3	12,3	96	271	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
382	Какао с молоком	200	3,9	3,1	21,1	128	126	31	116	1,0	0,0	1,3	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		19,3	26,3	83,2	646	585	130	363	4,4	0,3	3,1	0,1
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	4,2	5,2	9,3	101	37	23	76	1,2	0,1	9,2	0,0
265	Плов из говядины	200	14,0	13,7	35,6	322	10	43	93	1,7	0,1	0,7	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
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,0	0,0	2,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		23,0	19,9	86,7	619	93	85	193	6,0	0,4	29,5	0,0
	Полдник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
ТТК 22	Плюшка московская	60	4,6	4,7	27,3	170	20	8	43	0,5	0,1	0,0	0,0
	<i>Всего:</i>		10,6	11,1	36,7	290	260	36	223	0,7	0,4	17,0	0,2
	<i>Итого:</i>		52,9	57,3	206,6	1555	938	251	779	11,1	1,0	49,6	0,3
	Вторник												
	Завтрак												
15	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
223	Сыр порционно	20	4,6	5,8	0,0	71	200	11	120	0,2	0,0	0,1	0,1
	Запеканка из творога со стуженным молоком	150/30	32,4	13,5	37,8	402	278	39	349	0,9	0,1	0,5	0,1
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,1	0,0	0,7	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0

<b>Всего:</b>													
<b>Обед</b>													
102	Суд картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	41,5	32,1	74,3	752	550	57	517	1,7	0,2	1,2	0,2
ТТК 36	Гейрельки мясные с сыром в томатном соусе	100/50	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,1	0,2	5,0	0,0
309	Рожки отварные	150	15,2	17,0	11,5	260	116	17	123	0,8	0,2	2,3	0,0
306/2015	Рожки отварные	30	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,0
338	Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	150	3,1	1,5	18,0	98	10	31	90	1,1	0,1	0,0	0,0
348	Фрукты свежие	200	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	0,0
	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
<b>Всего:</b>													
			37,9	28,9	124,9	939	241	124	401	10,3	0,8	23,2	0,1
<b>Полдник</b>													
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,2	0,1	1,8	0,0
ТТК 357	Маковый рулетик посыпной	85	7,4	9,3	36,3	258	32	10	54	0,6	0,1	0,1	0,0
<b>Всего:</b>													
			13,0	14,3	58,3	414	274	40	242	0,8	0,1	1,9	0,1
<b>Итого:</b>													
			92,4	75,3	257,5	2105	1065	221	1160	12,8	1,2	26,3	0,4
<b>Среда</b>													
<b>Завтрак</b>													
11К 12	Сыр плавленый порционно	17,5	1,5	3,9	1,1	45	35	6	123	0,1	0,0	0,1	0,0
376	Жаркое с пшеникой	200	9,5	16,2	18,2	256	87	34	129	2,0	0,0	7,7	0,0
	Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
<b>Всего:</b>													
			16,0	23,9	51,7	487	137	44	260	3,5	0,1	7,9	0,0
<b>Обед</b>													
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,9	0,1	17,4	0,0
ТТК 198	Котлета рыбная "Оригинальная"	100	15,5	12,9	6,4	204	35	28	165	0,9	0,1	6,9	0,0
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	185	1	19	62	0,5	0,0	0,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	0,2	0,0	0,8	4	7	4	13	0,2	0,0	3,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
<b>Всего:</b>													
			27,2	23,9	90,1	684	99	65	306	4,0	0,4	27,3	0,1
<b>Полдник</b>													
424	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,2
	Булочка домашняя	50	3,6	5,7	23,6	160	7	5	28	0,4	0,0	0,0	0,0
<b>Всего:</b>													
			9,6	12,1	33,0	280	247	33	208	0,6	0,3	17,0	0,2



<i>Итого:</i>		52,8	59,9	174,8	1451	483	142	774	8,1	0,8	52,2
<i>Четверг</i>											
Завтрак	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,1
Масло сливочное порционное	200/5	6,2	8,5	31,6	228	170	36	170	0,6	0,1	1,8
ТТК 147. Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	90	0,0	0,0	15,0	60	0	0	0	0,0	0,0	0,0
Пюре фруктовое	200	3,9	3,1	21,1	128	126	31	116	1,0	0,0	1,3
Какао с молоком	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0
Батон витаминный с микроэлементами	20	11,9	22,9	79,3	571	306	67	289	2,1	0,2	3,1
<i>Всего:</i>											
Обед	10/260	4,7	5,4	16,8	135	23	26	102	1,2	0,1	7,1
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	200/5	21,0	21,2	39,6	434	19	21	123	1,8	0,2	0,0
Макаронник с мясом с маслом	60	0,7	2,8	4,6	47	19	8	18	0,5	0,0	5,8
ТТК 101/2004. Икра кабачковая (доп. гарнир)	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0
338 Фрукты свежие	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,0
348 Компот из кураги	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0
Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами		31,8	30,8	114,0	892	146	90	289	8,9	0,6	28,8
<i>Всего:</i>											
Полдник	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	75	5,7	5,9	34,1	212	25	10	54	0,6	0,1	0,0
ТТК 22. Плюшка московская		7,7	6,9	56,1	312	25	10	54	0,6	0,1	0,0
<i>Всего:</i>											
<i>Итого:</i>											
<i>Пятница</i>											
Завтрак	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0
Масло шоколадное	90	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,9	0,1	1,2
ТТК 477. Бифштеке домашний	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0
309 Рожки отварные	200	0,8	0,6	20,6	92	91	24	32	4,6	0,0	10,0
338 Фрукты свежие	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1
376 чай с сахаром	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0
Батон витаминный с микроэлементами		16,7	28,8	92,1	696	119	46	110	7,6	0,3	11,3
<i>Всего:</i>											
Обед	250	5,8	4,8	21,6	153	154	21	131	0,5	0,1	1,6
120 Суп молочный с вермишелью	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,1	0,1	1,7
ТТК 242. Филе куриное панированное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1
312 Пюре картофельное	30	1,1	9,4	17,3	158	0	0	0	0,0	0,0	0,0





338	Фрукты свежие	200	0,8	0,6	20,6	92	91	24	52	4,6	0,0	10,0	0,0
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,1	0,0	0,7	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		19,6	26,3	64,9	578	290	58	331	8,1	0,2	20,2	0,1
	<b>Обед</b>												
111/2004	Борщ "Сибирский" с мясом, со сметаной, зеленью	10/260	5,7	5,5	15,2	133	44	26	50	1,5	0,1	9,2	0,0
ТТК 56	Соте из индейки с овощами	200	14,3	10,9	16,0	220	24	30	67	2,0	0,2	39,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	70	0,6	0,1	1,8	10	16	10	29	0,4	0,0	7,0	0,0
338	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	0,0
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		25,7	18,2	97,4	657	146	83	166	9,4	0,5	90,2	0,0
	<b>Поддник</b>												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,2	0,1	1,8	0,0
410	Ватрушка с творогом	85	21,0	15,3	37,5	372	73	26	283	2,9	0,2	0,1	0,2
	<b>Всего:</b>		26,6	20,3	59,5	528	315	56	471	3,1	0,3	1,9	0,2
	<b>Итого:</b>		71,9	64,8	221,8	1763	751	197	968	20,5	0,9	112,3	0,4
	<b>Завтрак</b>												
	Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,1
15	Сыр порционно	15	3,5	4,4	0,0	53	150	8	90	0,2	0,0	0,1	0,1
234	Биточки рыбные	90	14,4	12,0	13,6	220	43	24	143	1,0	0,1	0,3	0,0
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	30	0,5	1,5	3,6	30	13	4	8	0,2	0,0	8,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		23,9	34,6	53,9	621	261	68	334	3,7	0,3	13,6	0,2
	<b>Обед</b>												
112	Суп с вермишелью и картофелем, филе куриным, зеленью	10/250	5,6	5,0	15,0	108	15	32	77	1,0	0,1	6,1	0,0
265	Плов из говядины	200	14,0	13,7	35,6	322	10	43	93	1,7	0,1	0,7	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	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0







<b>Всего:</b>		32,4	30,4	107,2	833	204	185	416	8,6	0,7	26,5
<b>Полдник</b>											
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В <sub>2</sub>	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0
Пирожок печёный слоёный с курагой	75	4,6	4,0	30,1	174	50	27	60	1,0	0,1	0,0
<b>Всего:</b>		6,6	10,4	49,1	314	50	27	60	1,0	0,1	0,0
<b>Итого:</b>		73,3	66,6	288,6	1931	616	260	884	11,2	0,9	27,7
<b>Четверг</b>											
<b>Завтрак</b>											
Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,0
ТТК 552 Индейка с булгуром	200	13,2	16,8	37,0	352	80	6	58	0,8	0,0	0,0
377 Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,0	0,0	0,0
Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,9	0,0	2,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0
<b>Всего:</b>		18,4	26,8	71,8	605	98	11	68	2,2	0,1	2,9
<b>Обед</b>											
ТТК 370 Суп сырный с мясом, грибами, зеленью	10/250/15	6,9	6,8	22,7	183	121	21	95	1,3	0,3	10,1
ТТК 274 Ёжики "Аппетитные"	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0
312 Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1
71 Огурцы свежие (доп. гарнир)	45	0,4	0,0	1,1	6	10	6	19	0,3	0,0	5,0
338 Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0
348 Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,0
Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0
<b>Всего:</b>		27,1	25,2	101,8	775	271	105	319	8,8	0,8	37,1
<b>Полдник</b>											
Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0
424 Булочка домашняя	50	3,6	5,7	23,6	160	7	5	28	0,4	0,1	0,0
<b>Всего:</b>		9,6	12,1	33,0	280	247	33	208	0,6	0,4	17,0
<b>Итого:</b>		55,1	64,1	206,6	1660	616	149	595	11,6	1,2	57,0
<b>Пятница</b>											
<b>Завтрак</b>											
Масло сливочное порционно	15	0,2	10,9	0,2	99	2	0	3	0,0	0,0	0,0
ТТК 499 Котлета куриная	90	14,6	7,9	5,2	156	8	20	91	0,9	0,1	0,5
304 Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	185	1	19	62	0,5	0,0	0,0
71 Помидоры свежие (доп. гарнир)	45	0,5	0,1	1,7	10	6	9	12	0,4	0,0	11,3
338 Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67	24	14	17	3,3	0,1	15,0
376 Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1



	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		21,8	26,4	74,7	628	56	66	193	6,5	0,3	26,8	0,2
	<b>Обед</b>												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,9	0,1	17,4	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	13,3	9,4	19,2	215	18	33	83	1,3	0,1	8,4	0,0
306	Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	50	5,2	2,5	30,0	163	17	52	151	1,9	0,2	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	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		26,5	16,7	93,2	628	102	107	309	5,8	0,6	30,3	0,0
	<b>Полдник</b>												
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	3,0	2,8	9,5	75	238	28	182	0,2	0,1	1,2	0,0
421	Сдоба обыкновенная	60	4,9	3,0	35,9	191	10	8	45	0,6	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		7,9	5,8	45,4	266	248	36	227	0,8	0,1	1,2	0,1
	<b>Итого:</b>		56,2	48,9	213,3	1522	406	209	729	13,1	0,9	58,3	0,2
	Итого по меню:		1294,3	1267,3	4358,7	34249	13038	4189	16231	253,9	20,5	1033,6	5,8
	среднее за день		64,7	63,4	217,9	1712	652	209	812	12,7	1,0	51,7	0,3

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