

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБУ «Дирекция по организации  
питания» \_\_\_\_\_ Е.В. Пороховой  
« 21 » \_\_\_\_\_ августа 2026 г.

4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на первую четверть 2026-2027 учебного года в общеобразовательных учреждениях Кстовского района.

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

| № рецептуры<br>по Сборнику<br>блюد 2015г. | Наименование блюд                                                      | Выход<br>порции (г) | Пищевые вещества |      |          | Энергетиче<br>ская<br>ценность<br>(ккал) | Микроэлементы (мг) |     |     |      | Витамины (мг)  |       |      |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------|------|----------|------------------------------------------|--------------------|-----|-----|------|----------------|-------|------|
|                                           |                                                                        |                     | белки            | жиры | углеводы |                                          | Ca                 | Mg  | P   | Fe   | B <sub>1</sub> | C     | A    |
|                                           | <i>Первая неделя</i>                                                   |                     |                  |      |          |                                          |                    |     |     |      |                |       |      |
|                                           | <i>Понедельник</i>                                                     |                     |                  |      |          |                                          |                    |     |     |      |                |       |      |
|                                           | <b>Завтрак</b>                                                         |                     |                  |      |          |                                          |                    |     |     |      |                |       |      |
| 14                                        | Масло сливочное                                                        | 10                  | 0,1              | 7,3  | 0,1      | 66                                       | 2                  | 0   | 3   | 0,00 | 0,00           | 0,00  | 0,00 |
| 223                                       | Запеканка из творога со сгущённым молоком                              | 150/35              | 26,1             | 20,6 | 41,4     | 455                                      | 292                | 41  | 363 | 1,02 | 0,09           | 0,49  | 0,08 |
|                                           | Фруктовое пюре                                                         | 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  | 5,0      | 21                                       | 5                  | 4   | 8   | 0,90 | 0,00           | 0,10  | 0,00 |
|                                           | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 25                  | 2,0              | 0,5  | 14,3     | 70                                       | 10                 | 0   | 0   | 0,50 | 0,08           | 0,00  | 0,00 |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | 28,4             | 28,5 | 74,6     | 667                                      | 309                | 45  | 374 | 2,42 | 0,17           | 0,59  | 0,08 |
|                                           | <b>Обед</b>                                                            |                     |                  |      |          |                                          |                    |     |     |      |                |       |      |
| ТТК 370                                   | Суп сырный с гренками, зеленью                                         | 200/15              | 3,8              | 4,8  | 21,7     | 145                                      | 104                | 15  | 82  | 1,00 | 0,34           | 9,40  | 0,02 |
| 265                                       | Плов из говядины                                                       | 150                 | 8,9              | 8,9  | 28,2     | 229                                      | 12                 | 33  | 80  | 1,30 | 0,20           | 0,10  | 0,00 |
| 71                                        | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                           | 70                  | 0,8              | 0,1  | 2,7      | 15                                       | 10                 | 14  | 18  | 0,63 | 0,04           | 17,50 | 0,00 |
|                                           | Кекс для детского питания                                              | 28                  | 1,7              | 6,2  | 15,7     | 124                                      | 0                  | 0   | 0   | 0,00 | 0,00           | 0,00  | 0,00 |
| 338                                       | Фрукты свежие                                                          | 110                 | 0,4              | 0,4  | 10,8     | 49                                       | 18                 | 10  | 12  | 2,40 | 0,03           | 11,00 | 0,00 |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/38               | 4,8              | 1,1  | 32,5     | 159                                      | 33                 | 0   | 0   | 1,74 | 0,21           | 0,00  | 0,00 |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | 20,6             | 21,6 | 123,6    | 770                                      | 188                | 80  | 201 | 7,27 | 0,82           | 42,50 | 0,02 |
|                                           | <b>Полдник</b>                                                         |                     |                  |      |          |                                          |                    |     |     |      |                |       |      |
|                                           | Сеточка с черникой                                                     | 70                  | 3,2              | 8,1  | 38,2     | 242                                      | 0                  | 0   | 0   | 0,00 | 0,00           | 0,00  | 0,00 |
| 377                                       | Чай с лимоном                                                          | 200/7               | 0,3              | 0,1  | 5,2      | 23                                       | 8                  | 5   | 10  | 0,88 | 0,00           | 2,90  | 0,00 |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | 3,5              | 8,2  | 43,4     | 265                                      | 8                  | 5   | 10  | 0,9  | 0,0            | 2,9   | 0,0  |
|                                           | <b>Итого:</b>                                                          |                     | 52,5             | 58,3 | 241,6    | 1702                                     | 505                | 130 | 585 | 10,6 | 1,0            | 46,0  | 0,1  |
|                                           | <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 |
| ТТК 147                                   | Каша молочная "Дружба" с маслом                                        | 150/5               | 4,7              | 6,6  | 22,5     | 168                                      | 124                | 27  | 127 | 0,50 | 0,08           | 1,30  | 0,20 |
|                                           | Йогурт                                                                 | 100                 | 2,8              | 2,8  | 11,5     | 82                                       | 0                  | 0   | 0   | 0,00 | 0,00           | 0,00  | 0,00 |
| 377                                       | Чай с лимоном                                                          | 200/7               | 0,3              | 0,1  | 5,2      | 23                                       | 8                  | 5   | 10  | 0,88 | 0,00           | 2,90  | 0,00 |
|                                           | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 51                  | 4,1              | 1,0  | 29,2     | 143                                      | 20                 | 0   | 0   | 1,02 | 0,16           | 0,00  | 0,00 |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | 12,1             | 19,8 | 71,7     | 514                                      | 152                | 32  | 137 | 2,4  | 0,2            | 4,2   | 0,2  |
|                                           | <b>Обед</b>                                                            |                     |                  |      |          |                                          |                    |     |     |      |                |       |      |
| 82                                        | Борщ со свежей капустой и картофелем с мясом, зеленью                  | 200                 | 2,8              | 5,3  | 9,8      | 102                                      | 29                 | 21  | 43  | 1,10 | 0,20           | 16,50 | 0,01 |
| ТТК 94                                    | Фишболлы в сырном соусе                                                | 100/50              | 15,6             | 8,1  | 9,3      | 173                                      | 127                | 11  | 107 | 0,60 | 0,10           | 1,00  | 0,30 |
| 309                                       | Вермишель отварная                                                     | 150                 | 5,4              | 4,9  | 27,9     | 178                                      | 6                  | 8   | 35  | 0,80 | 0,10           | 0,00  | 0,00 |
|                                           | Печенье                                                                | 20                  | 1,6              | 3,2  | 13,0     | 88                                       | 0                  | 0   | 0   | 0,00 | 0,00           | 0,00  | 0,00 |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/32               | 4,4              | 0,9  | 29,1     | 143                                      | 31                 | 0   | 0   | 1,60 | 0,19           | 0,00  | 0,00 |
|                                           | <b>Всего:</b>                                                          |                     | 30,0             | 22,6 | 103,0    | 742                                      | 200                | 44  | 189 | 5,0  | 0,6            | 21,6  | 0,3  |
|                                           | <b>Полдник</b>                                                         |                     |                  |      |          |                                          |                    |     |     |      |                |       |      |
|                                           | Изделие слоёное "Воздушное" с сыром                                    | 80                  | 6,4              | 20,0 | 28,0     | 320                                      | 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           | 20,00 | 0,00 |

|          |                                                                                                  |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|-------|------|
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 7,1  | 20,3 | 47,6  | 404  | 10    | 3    | 3    | 0,63 | 0,01 | 20,00 | 0,00 |
|          | <b>Итого:</b>                                                                                    |        | 49,2 | 62,7 | 222,3 | 1660 | 362   | 79   | 329  | 8,0  | 0,8  | 45,8  | 0,5  |
|          | <b>Среда</b>                                                                                     |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
|          | <b>Завтрак</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
| 863/2022 | Блины, фаршированные с яблоком с маслом                                                          | 140/5  | 4,2  | 12,2 | 66,5  | 386  | 0     | 0    | 0    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 338      | Фрукты свежие                                                                                    | 220    | 0,9  | 0,7  | 22,7  | 101  | 100   | 26   | 35   | 5,00 | 0,04 | 11,00 | 0,00 |
| 377      | Чай с лимоном                                                                                    | 200/15 | 0,3  | 0,1  | 5,5   | 24   | 11    | 6    | 12   | 0,93 | 0,00 | 6,10  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 5,4  | 13,0 | 94,7  | 511  | 111,0 | 32,2 | 47,0 | 5,9  | 0,0  | 17,1  | 0,0  |
|          | <b>Обед</b>                                                                                      |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
| 278/2022 | Суп куриный                                                                                      | 200    | 1,8  | 2,4  | 9,4   | 77   | 13    | 21   | 56   | 0,72 | 0,32 | 0,08  | 0,01 |
| 259      | Жаркое по-домашнему                                                                              | 150    | 7,8  | 9,1  | 14,9  | 173  | 17    | 33   | 71   | 1,60 | 0,22 | 6,60  | 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 | 0,01 | 18,60 | 0,00 |
|          | Вафли                                                                                            | 36     | 1,6  | 9,0  | 23,8  | 184  | 0     | 0    | 0    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 338      | Фрукты свежие                                                                                    | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18    | 10   | 12   | 2,40 | 0,03 | 11,00 | 0,00 |
| 348      | Компот из кураги                                                                                 | 200    | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33    | 21   | 29   | 0,70 | 0,00 | 0,90  | 0,00 |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                           | 25/38  | 4,8  | 1,1  | 32,5  | 159  | 33    | 0    | 0    | 1,70 | 0,21 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 18,6 | 25,6 | 113,1 | 799  | 144   | 95   | 187  | 7,52 | 0,79 | 37,18 | 0,01 |
|          | <b>Полдник</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
|          | Коктейль на овсяной основе с добавлением какао, обогащённый витаминами и минеральными веществами | 200    | 3,0  | 6,4  | 19,0  | 140  | 0     | 0    | 0    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|          | Кекс для детского питания                                                                        | 28     | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0     | 0    | 0    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|          | Печенье                                                                                          | 20     | 1,6  | 3,2  | 13,0  | 88   | 0     | 0    | 0    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 6,3  | 15,8 | 47,7  | 352  | 0     | 0    | 0    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Итого:</b>                                                                                    |        | 30,3 | 54,4 | 255,5 | 1662 | 255   | 127  | 234  | 13,5 | 0,8  | 54,3  | 0,0  |
|          | <b>Четверг</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
|          | <b>Завтрак</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
| 14       | Масло сливочное                                                                                  | 10     | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 66   | 2     | 0    | 3    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 182      | Каша молочная пшённая с маслом                                                                   | 150/5  | 4,9  | 6,6  | 21,5  | 164  | 117   | 29   | 128  | 0,60 | 0,04 | 1,62  | 0,02 |
|          | Йогурт                                                                                           | 100    | 2,8  | 2,8  | 11,5  | 82   | 0     | 0    | 0    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 245/1    | Кофейный напиток быстрорастворимый                                                               | 200    | 3,6  | 3,0  | 20,8  | 124  | 124   | 27   | 109  | 0,80 | 0,00 | 1,30  | 0,00 |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                                             | 36     | 2,9  | 0,7  | 20,6  | 101  | 14    | 0    | 0    | 0,72 | 0,12 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    | 500    | 14,3 | 20,4 | 74,5  | 537  | 257   | 56   | 240  | 2,1  | 0,2  | 2,9   | 0,0  |
|          | <b>Обед</b>                                                                                      |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
| 88       | Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, зеленью                                              | 200    | 3,3  | 5,0  | 6,2   | 83   | 28    | 18   | 40   | 0,80 | 0,20 | 15,00 | 0,00 |
| ТТК117   | Биточки с сыром                                                                                  | 100    | 19,0 | 11,0 | 9,4   | 213  | 1     | 1    | 1    | 1,00 | 1,00 | 0,60  | 1,00 |
| 309      | Рожки отварные                                                                                   | 150    | 5,4  | 4,9  | 27,9  | 178  | 6     | 8    | 35   | 0,80 | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
|          | Кекс для детского питания                                                                        | 28     | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0     | 0    | 0    | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                           | 25/30  | 4,2  | 0,9  | 27,3  | 134  | 32    | 0    | 0    | 1,68 | 0,19 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 33,8 | 28,2 | 100,4 | 790  | 74    | 31   | 80   | 5,2  | 1,5  | 19,7  | 1,0  |
|          | <b>Полдник</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |       |      |      |      |      |       |      |
|          | "Улитка" с маком                                                                                 | 70     | 5,6  | 6,0  | 39,2  | 233  | 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   | 0,88 | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 5,9  | 6,1  | 44,4  | 256  | 8     | 5    | 10   | 0,88 | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
|          | <b>Итого:</b>                                                                                    |        | 53,9 | 54,7 | 219,3 | 1582 | 339   | 92   | 330  | 8,18 | 1,64 | 25,52 | 1,02 |

|         |                                                                        |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|---------|------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|--------------|-------------|--------------|-------------|
|         | <b>Пятница</b>                                                         |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|         | <b>Завтрак</b>                                                         |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| ТТК 499 | Котлета куриная                                                        | <b>90</b>        | 14,6        | 7,9         | 5,2          | 156         | 8          | 20         | 91         | 0,90         | 0,10        | 0,50         | 0,00        |
| 309     | Вермишель отварная                                                     | <b>150</b>       | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 178         | 6          | 8          | 35         | 0,80         | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
|         | Фруктовое пюре                                                         | <b>125</b>       | 0,0         | 0,0         | 13,8         | 55          | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 377     | Чай с лимоном                                                          | <b>200/7</b>     | 0,3         | 0,1         | 5,2          | 23          | 8          | 5          | 10         | 0,88         | 0,00        | 2,90         | 0,00        |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | <b>32</b>        | 2,6         | 0,6         | 18,3         | 90          | 13         | 0          | 0          | 0,64         | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |                  | <b>22,9</b> | <b>13,5</b> | <b>70,4</b>  | <b>502</b>  | <b>35</b>  | <b>33</b>  | <b>136</b> | <b>3,2</b>   | <b>0,3</b>  | <b>3,4</b>   | <b>0,0</b>  |
|         | <b>Обед</b>                                                            |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 177     | Бульон с куриным филе, гренками и зеленью                              | <b>25/15/200</b> | 9,5         | 0,8         | 14,0         | 102         | 15         | 24         | 39         | 0,84         | 0,16        | 1,50         | 0,02        |
| ТТК 274 | Ёжики Аппетитные                                                       | <b>100/50</b>    | 11,3        | 11,8        | 12,9         | 202         | 17         | 15         | 77         | 0,80         | 0,10        | 1,00         | 0,00        |
| 312     | Пюре картофельное                                                      | <b>150</b>       | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 108         | 38         | 28         | 82         | 1,00         | 0,10        | 5,10         | 0,10        |
| 338     | Фрукты свежие                                                          | <b>110</b>       | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,40         | 0,03        | 11,00        | 0,00        |
| 348     | Компот из кураги                                                       | <b>200</b>       | 1,1         | 0,0         | 13,2         | 86          | 33         | 21         | 29         | 0,70         | 0,00        | 0,90         | 0,00        |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | <b>25/51</b>     | 5,9         | 1,3         | 40,0         | 196         | 38         | 0          | 0          | 2,00         | 0,25        | 0,00         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |                  | <b>31,3</b> | <b>19,5</b> | <b>103,0</b> | <b>743</b>  | <b>159</b> | <b>98</b>  | <b>239</b> | <b>7,74</b>  | <b>0,64</b> | <b>19,50</b> | <b>0,12</b> |
|         | <b>Полдник</b>                                                         |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|         | Булочка "Вкусняшка"                                                    | <b>70</b>        | 4,9         | 7,0         | 44,8         | 262         | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| ТТК 89  | Компот из апельсинов                                                   | <b>200</b>       | 0,2         | 0,1         | 17,0         | 69          | 9          | 3          | 6          | 0,10         | 0,01        | 15,00        | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |                  | <b>5,1</b>  | <b>7,1</b>  | <b>61,8</b>  | <b>331</b>  | <b>9</b>   | <b>3</b>   | <b>6</b>   | <b>0,1</b>   | <b>0,0</b>  | <b>15,0</b>  | <b>0,0</b>  |
|         | <b>Итого:</b>                                                          |                  | <b>59,2</b> | <b>40,2</b> | <b>235,2</b> | <b>1575</b> | <b>203</b> | <b>134</b> | <b>381</b> | <b>11,1</b>  | <b>1,0</b>  | <b>37,9</b>  | <b>0,1</b>  |
|         | <b>Вторая неделя</b>                                                   |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|         | <b>Понедельник</b>                                                     |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|         | <b>Завтрак</b>                                                         |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 204     | Макароны с сыром                                                       | <b>180</b>       | 10,2        | 13,5        | 29,0         | 278         | 121        | 19         | 131        | 0,80         | 0,06        | 0,00         | 0,00        |
|         | Творог для детского питания                                            | <b>100</b>       | 7,6         | 4,2         | 11,1         | 113         | 85         | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 377     | Чай с лимоном                                                          | <b>200/15</b>    | 0,3         | 0,1         | 5,5          | 24          | 11         | 6          | 12         | 0,93         | 0,00        | 6,10         | 0,00        |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | <b>32</b>        | 2,6         | 0,6         | 18,3         | 90          | 13         | 0          | 0          | 0,64         | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |                  | <b>20,7</b> | <b>18,4</b> | <b>63,9</b>  | <b>505</b>  | <b>230</b> | <b>25</b>  | <b>143</b> | <b>2,4</b>   | <b>0,2</b>  | <b>6,1</b>   | <b>0,0</b>  |
|         | <b>Обед</b>                                                            |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 101     | Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами, зеленью               | <b>200</b>       | 3,6         | 4,6         | 14,0         | 112         | 11         | 18         | 50         | 0,70         | 0,20        | 6,80         | 0,00        |
| 260     | Гуляш из говядины                                                      | <b>100</b>       | 9,3         | 9,5         | 2,6          | 134         | 16         | 16         | 23         | 1,10         | 0,05        | 0,58         | 0,01        |
| 302     | Каша гречневая рассыпчатая                                             | <b>150</b>       | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 246         | 15         | 133        | 201        | 4,50         | 0,20        | 0,00         | 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        |
| 389     | Сок фруктовый                                                          | <b>200</b>       | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 41          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | <b>25/48</b>     | 5,6         | 1,3         | 38,3         | 187         | 37         | 0          | 0          | 1,94         | 0,24        | 0,00         | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |                  | <b>27,6</b> | <b>23,2</b> | <b>112,4</b> | <b>769</b>  | <b>102</b> | <b>181</b> | <b>294</b> | <b>11,54</b> | <b>0,72</b> | <b>18,48</b> | <b>0,01</b> |
|         | <b>Полдник</b>                                                         |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|         | Изделие слоёное изысканное с картофелем                                | <b>80</b>        | 4,8         | 15,2        | 32,0         | 288         | 0          | 0          | 0          | 0,0          | 0,0         | 0,0          | 0,0         |
| 388     | Напиток из шиповника                                                   | <b>200</b>       | 0,7         | 0,3         | 19,6         | 84          | 10         | 3          | 3          | 0,63         | 0,01        | 20,00        | 0,00        |
|         | <b>Всего:</b>                                                          |                  | <b>5,5</b>  | <b>15,5</b> | <b>51,6</b>  | <b>372</b>  | <b>10</b>  | <b>3</b>   | <b>3</b>   | <b>0,63</b>  | <b>0,01</b> | <b>20,00</b> | <b>0,00</b> |
|         | <b>Итого:</b>                                                          |                  | <b>53,8</b> | <b>57,1</b> | <b>227,9</b> | <b>1646</b> | <b>342</b> | <b>209</b> | <b>440</b> | <b>14,5</b>  | <b>0,9</b>  | <b>44,6</b>  | <b>0,0</b>  |
|         | <b>Вторник</b>                                                         |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|         | <b>Завтрак</b>                                                         |                  |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|         | Сыр плавленый                                                          | <b>17,5</b>      | 1,6         | 3,1         | 1,1          | 38          | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 291     | Плов из филе индейки                                                   | <b>150</b>       | 8,0         | 12,8        | 34,0         | 283         | 17         | 27         | 76         | 1,20         | 0,22        | 3,00         | 0,00        |

|          |                                                                        |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|----------|------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|--------------|-------------|--------------|-------------|
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,40         | 0,03        | 11,00        | 0,00        |
| 377      | Чай с лимоном                                                          | 200/15 | 0,3         | 0,1         | 5,5          | 24          | 11         | 6          | 12         | 0,93         | 0,00        | 6,10         | 0,00        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 41     | 3,3         | 0,8         | 23,5         | 115         | 16         | 0          | 0          | 0,82         | 0,13        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>13,6</b> | <b>17,2</b> | <b>74,9</b>  | <b>509</b>  | <b>62</b>  | <b>43</b>  | <b>100</b> | <b>5,35</b>  | <b>0,38</b> | <b>20,10</b> | <b>0,00</b> |
|          | <b>Обед</b>                                                            |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 211/2022 | Борщ "Краснодарский с мясом, зеленью                                   | 200    | 2,5         | 5,7         | 7,5          | 94          | 26         | 28         | 38         | 1,00         | 0,20        | 14,70        | 0,03        |
| 271      | Биточки домашние                                                       | 100    | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 198         | 10         | 10         | 53         | 1,00         | 0,30        | 0,00         | 0,00        |
| 309      | Вермишель отварная                                                     | 150    | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 178         | 6          | 8          | 35         | 0,80         | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
| 71       | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                           | 60     | 0,7         | 0,1         | 2,3          | 13          | 8          | 12         | 16         | 0,54         | 0,04        | 15,00        | 0,00        |
|          | Печенье                                                                | 20     | 1,6         | 3,2         | 13,0         | 88          | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/54  | 6,1         | 1,4         | 41,7         | 204         | 40         | 0          | 0          | 2,06         | 0,26        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>30,3</b> | <b>26,7</b> | <b>114,5</b> | <b>824</b>  | <b>101</b> | <b>66</b>  | <b>151</b> | <b>5,60</b>  | <b>0,90</b> | <b>34,20</b> | <b>0,03</b> |
|          | <b>Полдник</b>                                                         |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | Кекс "Волжский"                                                        | 70     | 4,2         | 14,7        | 41,3         | 294         | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 377      | Чай с лимоном                                                          | 200/15 | 0,3         | 0,1         | 5,5          | 24          | 11         | 6          | 12         | 0,93         | 0,00        | 6,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>4,5</b>  | <b>14,8</b> | <b>46,8</b>  | <b>318</b>  | <b>11</b>  | <b>6</b>   | <b>12</b>  | <b>0,93</b>  | <b>0,00</b> | <b>6,10</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |        | <b>48,4</b> | <b>58,7</b> | <b>236,1</b> | <b>1651</b> | <b>174</b> | <b>115</b> | <b>263</b> | <b>11,88</b> | <b>1,28</b> | <b>60,40</b> | <b>0,03</b> |
|          | <b>Среда</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        |
| 223      | Запеканка из творога со сгущённым молоком                              | 150/35 | 26,1        | 20,6        | 41,4         | 455         | 292        | 41         | 363        | 1,02         | 0,09        | 0,49         | 0,08        |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 49          | 18         | 10         | 12         | 2,40         | 0,03        | 11,00        | 0,00        |
| 382      | Какао с молоком                                                        | 200    | 3,6         | 3,0         | 20,8         | 124         | 124        | 27         | 109        | 0,80         | 0,00        | 1,30         | 0,00        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 23     | 1,8         | 0,5         | 13,2         | 64          | 9          | 0          | 0          | 0,46         | 0,07        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>31,7</b> | <b>33,3</b> | <b>91,9</b>  | <b>794</b>  | <b>425</b> | <b>68</b>  | <b>472</b> | <b>2,26</b>  | <b>0,16</b> | <b>1,79</b>  | <b>0,08</b> |
|          | <b>Обед</b>                                                            |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 278/2022 | Суп куриный                                                            | 200    | 1,8         | 2,4         | 9,4          | 77          | 13         | 21         | 56         | 0,72         | 0,32        | 0,08         | 0,01        |
| 234      | Котлета рыбная                                                         | 100    | 15,3        | 12,5        | 18,4         | 246         | 62         | 43         | 176        | 1,30         | 0,20        | 0,40         | 4,40        |
| 312      | Пюре картофельное                                                      | 150    | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 108         | 38         | 28         | 82         | 1,00         | 0,10        | 5,10         | 0,10        |
| ТТК 275  | Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)           | 70     | 1,1         | 3,6         | 8,5          | 71          | 30         | 10         | 19         | 0,40         | 0,01        | 18,60        | 0,00        |
| ТТК 89   | Компот из апельсинов                                                   | 200    | 0,2         | 0,1         | 17,0         | 69          | 9          | 3          | 6          | 0,10         | 0,01        | 15,00        | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/38  | 4,8         | 1,1         | 32,5         | 159         | 33         | 0          | 0          | 1,70         | 0,21        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>26,3</b> | <b>24,9</b> | <b>97,9</b>  | <b>730</b>  | <b>185</b> | <b>105</b> | <b>339</b> | <b>5,22</b>  | <b>0,85</b> | <b>39,18</b> | <b>4,51</b> |
|          | <b>Полдник</b>                                                         |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | Булочка "Художественная"                                               | 70     | 4,6         | 3,2         | 41,3         | 212         | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 342      | Компот из яблок                                                        | 200    | 0,2         | 0,2         | 13,9         | 58          | 7          | 4          | 4          | 0,90         | 0,00        | 4,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |        | <b>4,8</b>  | <b>3,4</b>  | <b>55,2</b>  | <b>270</b>  | <b>7</b>   | <b>4</b>   | <b>4</b>   | <b>0,9</b>   | <b>0,0</b>  | <b>4,1</b>   | <b>0,0</b>  |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |        | <b>62,8</b> | <b>61,6</b> | <b>245,0</b> | <b>1794</b> | <b>617</b> | <b>177</b> | <b>815</b> | <b>8,4</b>   | <b>1,0</b>  | <b>45,1</b>  | <b>4,6</b>  |
|          | <b>Четверг</b>                                                         |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
|          | <b>Завтрак</b>                                                         |        |             |             |              |             |            |            |            |              |             |              |             |
| 14       | Масло сливочное                                                        | 10     | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 66          | 2          | 0          | 3          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 15       | Сыр порционно                                                          | 15     | 3,5         | 4,4         | 0,0          | 53          | 150        | 8          | 90         | 0,15         | 0,01        | 0,12         | 0,05        |
| 182      | Каша молочная рисовая с маслом                                         | 150/5  | 4,0         | 6,1         | 22,8         | 163         | 113        | 23         | 113        | 0,30         | 0,04        | 1,20         | 0,20        |
|          | Йогурт                                                                 | 100    | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 82          | 0          | 0          | 0          | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 376      | Чай с сахаром                                                          | 200    | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 21          | 5          | 4          | 8          | 0,90         | 0,00        | 0,10         | 0,00        |

|         |                                                                                                  |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|-------|------|-------|------|
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                                             | 30    | 2,4  | 0,6  | 17,2  | 85   | 12  | 0   | 0   | 0,60  | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
|         | <b>Всего:</b>                                                                                    |       | 13,0 | 21,3 | 56,6  | 470  | 282 | 35  | 214 | 2,0   | 0,2  | 1,4   | 0,3  |
|         | <b>Обед</b>                                                                                      |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 102     | Суп картофельный с горохом, куриным филе, зеленью                                                | 200   | 6,9  | 4,5  | 12,2  | 117  | 25  | 36  | 90  | 1,80  | 0,30 | 5,00  | 0,01 |
| ТТК116  | Наггетсы "Классические"                                                                          | 100   | 22,2 | 8,9  | 12,2  | 217  | 1   | 1   | 1   | 1,00  | 1,00 | 0,60  | 1,00 |
| 309     | Рожки отварные                                                                                   | 150   | 5,4  | 4,9  | 27,9  | 178  | 6   | 8   | 35  | 0,80  | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
| 71      | Огурцы свежие (доп.гарнир)                                                                       | 60    | 0,5  | 0,0  | 1,5   | 8    | 14  | 8   | 25  | 0,36  | 0,02 | 6,00  | 0,00 |
|         | Вафли                                                                                            | 18    | 0,8  | 4,5  | 11,9  | 92   | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 348     | Компот из кураги                                                                                 | 200   | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33  | 21  | 29  | 0,70  | 0,00 | 0,90  | 0,00 |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                           | 25/31 | 4,3  | 0,9  | 28,5  | 140  | 30  | 0   | 0   | 1,60  | 0,19 | 0,00  | 0,00 |
|         | <b>Всего:</b>                                                                                    |       | 41,2 | 23,7 | 107,4 | 838  | 109 | 74  | 180 | 6,3   | 1,6  | 12,5  | 1,0  |
|         | <b>Полдник</b>                                                                                   |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Коктейль на овсяной основе с добавлением какао, обогащённый витаминами и минеральными веществами | 200   | 3,0  | 6,4  | 19,0  | 140  | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|         | Кекс для детского питания                                                                        | 28    | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|         | Печенье                                                                                          | 20    | 1,6  | 3,2  | 13,0  | 88   | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|         | <b>Всего:</b>                                                                                    |       | 6,3  | 15,8 | 47,7  | 352  | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|         | <b>Итого:</b>                                                                                    |       | 60,5 | 60,8 | 211,7 | 1660 | 391 | 109 | 394 | 8,2   | 1,8  | 13,9  | 1,3  |
|         | <b>Пятница</b>                                                                                   |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | <b>Завтрак</b>                                                                                   |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| ТТК 119 | Биточки "Вкусные"                                                                                | 90    | 13,4 | 8,0  | 9,4   | 163  | 9   | 17  | 43  | 1,20  | 0,30 | 0,60  | 0,00 |
| 312     | Пюре картофельное                                                                                | 150   | 3,1  | 5,2  | 12,1  | 108  | 38  | 28  | 82  | 1,00  | 0,10 | 5,10  | 0,10 |
| 71      | Огурцы свежие (доп.гарнир)                                                                       | 60    | 0,5  | 0,0  | 1,5   | 8    | 14  | 8   | 25  | 0,36  | 0,02 | 6,00  | 0,00 |
|         | Кекс для детского питания                                                                        | 28    | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 376     | Чай с сахаром                                                                                    | 200   | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                                             | 31    | 2,5  | 0,6  | 17,7  | 87   | 12  | 0   | 0   | 0,62  | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
|         | <b>Всего:</b>                                                                                    |       | 21,4 | 20,1 | 61,4  | 511  | 78  | 57  | 158 | 4,1   | 0,5  | 11,8  | 0,1  |
|         | <b>Обед</b>                                                                                      |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 157     | Солянка домашняя со сметаной, зеленью                                                            | 205   | 5,5  | 5,1  | 5,6   | 91   | 17  | 26  | 56  | 0,90  | 0,13 | 4,20  | 0,01 |
| ТТК 242 | Филе куриное панированное                                                                        | 100   | 24,0 | 16,7 | 12,4  | 296  | 17  | 89  | 173 | 2,10  | 0,11 | 1,66  | 0,08 |
| 304     | Рис отварной                                                                                     | 150   | 3,7  | 6,3  | 28,5  | 185  | 1   | 12  | 62  | 0,50  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с                                            | 25/43 | 5,2  | 1,2  | 35,4  | 173  | 35  | 0   | 0   | 1,84  | 0,23 | 0,00  | 0,00 |
|         | <b>Всего:</b>                                                                                    |       | 38,6 | 29,5 | 95,8  | 803  | 77  | 131 | 295 | 6,2   | 0,5  | 10,0  | 0,1  |
|         | <b>Полдник</b>                                                                                   |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Булочка "Вкусняшка"                                                                              | 70    | 4,9  | 7,0  | 44,8  | 262  | 0   | 0   | 0   | 0,0   | 0,0  | 0,0   | 0,0  |
| 388     | Напиток из шиповника                                                                             | 200   | 0,7  | 0,3  | 19,6  | 84   | 10  | 3   | 3   | 0,63  | 0,01 | 20,00 | 0,00 |
|         | <b>Всего:</b>                                                                                    |       | 5,6  | 7,3  | 64,4  | 346  | 10  | 3   | 3   | 0,63  | 0,01 | 20,00 | 0,00 |
|         | <b>Итого:</b>                                                                                    |       | 65,6 | 56,9 | 221,6 | 1660 | 166 | 191 | 456 | 10,95 | 1,00 | 41,76 | 0,19 |
|         | <b>Третья неделя</b>                                                                             |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | <b>Понедельник</b>                                                                               |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | <b>Завтрак</b>                                                                                   |       |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 14      | Масло сливочное                                                                                  | 15    | 0,1  | 10,9 | 0,2   | 99   | 4   | 0   | 5   | 0,03  | 0,02 | 0,00  | 0,06 |
| 15      | Сыр порционнно                                                                                   | 25    | 5,7  | 7,3  | 0,0   | 88   | 250 | 14  | 150 | 0,25  | 0,01 | 0,18  | 0,07 |
| 210     | Омлет натуральный                                                                                | 150   | 13,9 | 14,4 | 3,4   | 199  | 124 | 20  | 245 | 2,59  | 0,06 | 0,73  | 0,11 |
|         | Фруктовое пюре                                                                                   | 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  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                                             | 33    | 2,6  | 0,7  | 18,9  | 92   | 13  | 0   | 0   | 0,66  | 0,11 | 0,00  | 0,00 |

|          |                                                                        |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|----------|------------------------------------------------------------------------|-----------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|------|-------|------|
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | 22,6 | 33,4 | 41,3  | 554  | 396 | 38  | 408 | 4,43 | 0,20 | 1,01  | 0,24 |
|          | <b>Обед</b>                                                            |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| ТТК 370  | Суп сырный с гречками, зеленью                                         | 200/15    | 3,8  | 4,8  | 21,7  | 145  | 104 | 15  | 82  | 1,00 | 0,34 | 9,40  | 0,02 |
| 265      | Плов из говядины                                                       | 150       | 8,9  | 8,9  | 28,2  | 229  | 12  | 33  | 80  | 1,30 | 0,20 | 0,10  | 0,00 |
| 71       | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                           | 70        | 0,8  | 0,1  | 2,7   | 15   | 10  | 14  | 18  | 0,63 | 0,04 | 17,50 | 0,00 |
|          | Кекс для детского питания                                              | 28        | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 338      | Фрукты свежие                                                          | 110       | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,40 | 0,03 | 11,00 | 0,00 |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/38     | 4,8  | 1,1  | 32,5  | 159  | 33  | 0   | 0   | 1,74 | 0,21 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | 20,6 | 21,6 | 123,6 | 770  | 188 | 80  | 201 | 7,27 | 0,82 | 42,50 | 0,02 |
|          | <b>Полдник</b>                                                         |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|          | Изделие слоёное "Воздушное" с сыром                                    | 80        | 6,4  | 20,0 | 28,0  | 320  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| ТТК 243  | Кисель плодово-ягодный витаминизированный                              | 200       | 0,0  | 0,0  | 28,0  | 112  | 3   | 0   | 6   | 0,00 | 0,00 | 7,60  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | 6,4  | 20,0 | 56,0  | 432  | 3   | 0   | 6   | 0,00 | 0,00 | 7,60  | 0,00 |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |           | 49,6 | 75,0 | 220,9 | 1757 | 587 | 118 | 615 | 11,7 | 1,0  | 51,1  | 0,3  |
|          | <b>Вторник</b>                                                         |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|          | <b>Завтрак</b>                                                         |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 10/2004  | Бутерброд горячий с сыром                                              | 45        | 7,2  | 11,0 | 11,5  | 173  | 249 | 13  | 145 | 0,40 | 0,20 | 0,00  | 0,00 |
| ТТК 147  | Каша молочная "Дружба" с маслом                                        | 150/5     | 4,7  | 6,6  | 22,5  | 168  | 124 | 27  | 127 | 0,50 | 0,08 | 1,30  | 0,20 |
|          | Биолакт                                                                | 100       | 2,8  | 3,2  | 8,0   | 75   | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 382      | Какао с молоком                                                        | 200       | 3,6  | 3,0  | 20,8  | 124  | 124 | 27  | 109 | 0,80 | 0,00 | 1,30  | 0,00 |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 43        | 3,4  | 0,9  | 24,6  | 120  | 17  | 0   | 0   | 0,86 | 0,14 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | 21,7 | 24,7 | 87,4  | 660  | 514 | 67  | 381 | 2,56 | 0,42 | 2,60  | 0,20 |
|          | <b>Обед</b>                                                            |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 177      | Бульон с куриным филе, гречками и зеленью                              | 25/15/200 | 9,5  | 0,8  | 14,0  | 102  | 15  | 24  | 39  | 0,84 | 0,16 | 1,50  | 0,02 |
| ТТК120   | Котлеты Сытые                                                          | 100       | 18,4 | 18,9 | 11,5  | 288  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 309      | Вермишель отварная                                                     | 150       | 5,4  | 4,9  | 27,9  | 178  | 6   | 8   | 35  | 0,80 | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/26     | 3,9  | 0,8  | 25,7  | 126  | 28  | 0   | 0   | 1,50 | 0,17 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | 37,4 | 25,6 | 93,0  | 752  | 56  | 36  | 78  | 4,0  | 0,4  | 5,6   | 0,0  |
|          | <b>Полдник</b>                                                         |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|          | Сеточка с черникой                                                     | 70        | 3,2  | 8,1  | 38,2  | 242  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 377      | Чай с лимоном                                                          | 200/7     | 0,3  | 0,1  | 5,2   | 23   | 8   | 5   | 10  | 0,88 | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | 3,5  | 8,2  | 43,4  | 265  | 8   | 5   | 10  | 0,9  | 0,0  | 2,9   | 0,0  |
|          | <b>Итого:</b>                                                          |           | 62,6 | 58,5 | 223,8 | 1677 | 579 | 108 | 469 | 7,5  | 0,9  | 11,1  | 0,2  |
|          | <b>Среда</b>                                                           |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|          | <b>Завтрак</b>                                                         |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|          | Сыр плавленый                                                          | 17,5      | 1,6  | 3,1  | 1,1   | 38   | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 864/2022 | Блины "Домашние" с вареньем                                            | 168/30    | 10,1 | 24,7 | 54,2  | 479  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|          | Фруктовое пюре                                                         | 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  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,90 | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 25        | 2,0  | 0,5  | 14,3  | 70   | 10  | 0   | 0   | 0,50 | 0,08 | 0,00  | 0,00 |
|          | <b>Всего:</b>                                                          |           | 13,9 | 28,4 | 88,4  | 663  | 15  | 4   | 8   | 1,4  | 0,1  | 0,1   | 0,0  |
|          | <b>Обед</b>                                                            |           |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 82       | Борщ со свежей капустой и картофелем с мясом, сметаной, зеленью        | 205       | 4,3  | 5,1  | 10,0  | 104  | 33  | 28  | 63  | 1,10 | 0,20 | 16,80 | 0,01 |
| 580/2022 | Гуляш из индейки                                                       | 100       | 7,2  | 10,0 | 2,9   | 130  | 20  | 8   | 11  | 0,90 | 0,00 | 1,80  | 0,01 |

|            |                                                                                                  |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|------|-------|------|
| 304        | Рис отварной                                                                                     | 150    | 3,7  | 6,3  | 28,5  | 185  | 1   | 12  | 62  | 0,50 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|            | Кекс для детского питания                                                                        | 28     | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                           | 25/36  | 4,7  | 1,0  | 31,4  | 154  | 32  | 0   | 0   | 1,70 | 0,21 | 0,00  | 0,00 |
|            | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 21,8 | 28,7 | 100,5 | 746  | 97  | 56  | 145 | 4,40 | 0,41 | 23,10 | 0,02 |
|            | <b>Полдник</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|            | Коктейль на овсяной основе с добавлением какао, обогащённый витаминами и минеральными веществами | 200    | 3,0  | 6,4  | 19,0  | 140  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|            | Кекс для детского питания                                                                        | 28     | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|            | Печенье                                                                                          | 20     | 1,6  | 3,2  | 13,0  | 88   | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|            | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 6,3  | 15,8 | 47,7  | 352  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|            | <b>Итого:</b>                                                                                    |        | 42,0 | 72,9 | 236,6 | 1761 | 112 | 60  | 153 | 5,8  | 0,5  | 23,2  | 0,0  |
|            | <b>Четверг</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|            | <b>Завтрак</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 204        | Макароны с сыром                                                                                 | 180    | 10,2 | 13,5 | 29,0  | 278  | 121 | 19  | 131 | 0,80 | 0,06 | 0,00  | 0,00 |
|            | Творог для детского питания                                                                      | 100    | 7,6  | 4,2  | 11,1  | 113  | 85  | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 377        | Чай с лимоном                                                                                    | 200/15 | 0,3  | 0,1  | 5,5   | 24   | 11  | 6   | 12  | 0,93 | 0,00 | 6,10  | 0,00 |
|            | Батон, витаминный с микронутриентами                                                             | 32     | 2,6  | 0,6  | 18,3  | 90   | 13  | 0   | 0   | 0,64 | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
|            | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 20,7 | 18,4 | 63,9  | 505  | 230 | 25  | 143 | 2,4  | 0,2  | 6,1   | 0,0  |
|            | <b>Обед</b>                                                                                      |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| ТТК 83     | Суп Минестроне с куриным филе, зеленью                                                           | 200    | 4,7  | 2,3  | 8,4   | 73   | 12  | 23  | 54  | 0,70 | 0,30 | 14,30 | 0,04 |
| <b>471</b> | Фишболы                                                                                          | 90     | 11,8 | 7,8  | 5,9   | 149  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| <b>312</b> | Пюре картофельное                                                                                | 150    | 3,1  | 5,2  | 12,1  | 108  | 38  | 28  | 82  | 1,00 | 0,10 | 5,10  | 0,10 |
| 71         | Огурцы свежие (доп.гарнир)                                                                       | 65     | 0,5  | 0,0  | 1,5   | 9    | 15  | 9   | 26  | 0,36 | 0,02 | 6,00  | 0,00 |
|            | Вафли                                                                                            | 18     | 0,8  | 4,5  | 11,9  | 92   | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 348        | Компот из кураги                                                                                 | 200    | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33  | 21  | 29  | 0,70 | 0,00 | 0,90  | 0,00 |
|            | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                           | 25/50  | 5,8  | 1,3  | 39,4  | 193  | 38  | 0   | 0   | 1,98 | 0,25 | 0,00  | 0,00 |
|            | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 27,8 | 21,1 | 92,4  | 710  | 136 | 81  | 191 | 4,7  | 0,7  | 26,3  | 0,1  |
|            | <b>Полдник</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|            | "Улитка" с маком                                                                                 | 70     | 5,6  | 6,0  | 39,2  | 233  | 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  | 0,88 | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
|            | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 5,9  | 6,1  | 44,4  | 256  | 8   | 5   | 10  | 0,88 | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
|            | <b>Итого:</b>                                                                                    |        | 54,4 | 45,7 | 200,7 | 1471 | 374 | 111 | 344 | 8,0  | 0,8  | 35,3  | 0,1  |
|            | <b>Пятница</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
|            | <b>Завтрак</b>                                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| ТТК 42     | Котлета куриная с сыром                                                                          | 90     | 11,9 | 8,1  | 7,9   | 152  | 169 | 39  | 102 | 0,80 | 0,05 | 0,25  | 0,02 |
| 304        | Рис отварной                                                                                     | 150    | 3,7  | 6,3  | 28,5  | 185  | 1   | 12  | 62  | 0,50 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
|            | Фруктовое пюре                                                                                   | 125    | 0,0  | 0,0  | 13,8  | 55   | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 377        | Чай с лимоном                                                                                    | 200/7  | 0,3  | 0,1  | 5,2   | 23   | 8   | 5   | 10  | 0,88 | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
|            | Батон, витаминный с микронутриентами                                                             | 24     | 1,9  | 0,5  | 13,7  | 67   | 10  | 0   | 0   | 0,48 | 0,08 | 0,00  | 0,00 |
|            | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | 17,8 | 15,0 | 69,1  | 482  | 188 | 56  | 174 | 2,7  | 0,1  | 3,2   | 0,0  |
|            | <b>Обед</b>                                                                                      |        |      |      |       |      |     |     |     |      |      |       |      |
| 278/2022   | Суп куриный                                                                                      | 200    | 1,8  | 2,4  | 9,4   | 77   | 13  | 21  | 56  | 0,72 | 0,32 | 0,08  | 0,01 |
| ТТК 65     | Митболлы в томатном соусе                                                                        | 100/50 | 19,8 | 18,2 | 11,5  | 286  | 18  | 19  | 12  | 1,50 | 0,20 | 0,55  | 0,04 |
| 302        | Каша гречневая рассыпчатая                                                                       | 150    | 8,5  | 7,3  | 36,6  | 246  | 15  | 133 | 201 | 4,50 | 0,20 | 0,00  | 0,00 |
|            | Кекс для детского питания                                                                        | 28     | 1,7  | 6,2  | 15,7  | 124  | 0   | 0   | 0   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 389        | Сок фруктовый                                                                                    | 200    | 0,2  | 0,1  | 10,1  | 41   | 5   | 4   | 8   | 0,90 | 0,00 | 0,10  | 0,00 |

|         |                                                                        |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|---------|------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|------|-----|-----|-----|-------|------|-------|------|
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/46  | 5,5  | 1,2  | 37,1  | 182  | 36  | 0   | 0   | 1,90  | 0,24 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        | 37,5 | 35,4 | 120,4 | 956  | 87  | 177 | 277 | 9,52  | 0,96 | 0,73  | 0,05 |
|         | Полдник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Булочка "Вкусняшка"                                                    | 70     | 4,9  | 7,0  | 44,8  | 262  | 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 | 20,00 | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        | 5,6  | 7,3  | 64,4  | 346  | 10  | 3   | 3   | 0,63  | 0,01 | 20,00 | 0,00 |
|         | Итого:                                                                 |        | 60,9 | 57,7 | 253,9 | 1784 | 285 | 236 | 454 | 12,81 | 1,09 | 23,88 | 0,07 |
|         | Четвёртая неделя                                                       |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Понедельник                                                            |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Завтрак                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| ТТК 57  | Пудинг "Лакомка" с вареньем                                            | 150/35 | 14,1 | 12,6 | 59,7  | 392  | 13  | 6   | 24  | 0,40  | 0,03 | 0,34  | 0,03 |
| 338     | Фрукты свежие                                                          | 110    | 0,4  | 0,4  | 10,8  | 49   | 18  | 10  | 12  | 2,40  | 0,03 | 11,00 | 0,00 |
| 377     | Чай с лимоном                                                          | 200/7  | 0,3  | 0,1  | 5,2   | 23   | 8   | 5   | 10  | 0,88  | 0,00 | 2,90  | 0,00 |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 28     | 2,2  | 0,6  | 16,0  | 78   | 11  | 0   | 0   | 0,56  | 0,09 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        | 17,0 | 13,7 | 91,7  | 542  | 50  | 21  | 46  | 4,24  | 0,15 | 14,24 | 0,03 |
|         | Обед                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 88      | Суп из овощей, с мясом, зеленью                                        | 200    | 3,3  | 3,1  | 6,8   | 69   | 19  | 17  | 41  | 0,80  | 0,20 | 16,70 | 0,02 |
| 260     | Гуляш из говядины                                                      | 100    | 9,3  | 9,5  | 2,6   | 134  | 16  | 16  | 23  | 1,10  | 0,05 | 0,58  | 0,01 |
| 302     | Каша гречневая рассыпчатая                                             | 150    | 8,5  | 7,3  | 36,6  | 246  | 15  | 133 | 201 | 4,50  | 0,20 | 0,00  | 0,00 |
|         | Печенье                                                                | 20     | 1,6  | 3,2  | 13,0  | 88   | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 348     | Компот из кураги                                                       | 200    | 1,1  | 0,0  | 13,2  | 86   | 33  | 21  | 29  | 0,70  | 0,00 | 0,90  | 0,00 |
|         | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/56  | 6,3  | 1,4  | 42,8  | 210  | 40  | 0   | 0   | 2,10  | 0,27 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        | 30,1 | 24,5 | 115,0 | 833  | 123 | 187 | 294 | 9,20  | 0,72 | 18,18 | 0,03 |
|         | Полдник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Изделие слоёное "Воздушное" с фруктовой начинкой                       | 80     | 4,0  | 13,6 | 37,6  | 291  | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| ТТК 89  | Компот из апельсинов                                                   | 200    | 0,2  | 0,1  | 17,0  | 69   | 9   | 3   | 6   | 0,10  | 0,01 | 15,00 | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        | 4,2  | 13,7 | 54,6  | 360  | 9   | 3   | 6   | 0,1   | 0,0  | 15,0  | 0,0  |
|         | Итого:                                                                 |        | 51,3 | 51,9 | 261,3 | 1735 | 183 | 211 | 346 | 13,54 | 0,88 | 47,42 | 0,06 |
|         | Вторник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|         | Завтрак                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 14      | Масло сливочное                                                        | 10     | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 66   | 2   | 0   | 3   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 15      | Сыр порционно                                                          | 15     | 3,5  | 4,4  | 0,0   | 53   | 150 | 8   | 90  | 0,15  | 0,01 | 0,12  | 0,05 |
| 182     | Каша молочная рисовая с маслом                                         | 150/5  | 4,0  | 6,1  | 22,8  | 163  | 113 | 23  | 113 | 0,30  | 0,04 | 1,20  | 0,20 |
|         | Йогурт                                                                 | 100    | 2,8  | 2,8  | 11,5  | 82   | 0   | 0   | 0   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 0,00 |
| 376     | Чай с сахаром                                                          | 200    | 0,2  | 0,1  | 5,0   | 21   | 5   | 4   | 8   | 0,90  | 0,00 | 0,10  | 0,00 |
|         | Батон, витаминный с микронутриентами                                   | 30     | 2,4  | 0,6  | 17,2  | 85   | 12  | 0   | 0   | 0,60  | 0,10 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        | 13,0 | 21,3 | 56,6  | 470  | 282 | 35  | 214 | 2,0   | 0,2  | 1,4   | 0,3  |
|         | Обед                                                                   |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 96      | Рассольник Ленинградский, с мясом, зеленью                             | 200    | 2,9  | 5,0  | 13,8  | 115  | 15  | 22  | 60  | 1,00  | 0,20 | 6,20  | 0,01 |
| ТТК 242 | Филе куриное панированное                                              | 100    | 24,0 | 16,7 | 12,4  | 296  | 17  | 89  | 173 | 2,10  | 0,11 | 1,66  | 0,08 |
| 312     | Пюре картофельное                                                      | 150    | 3,1  | 5,2  | 12,1  | 108  | 38  | 28  | 82  | 1,00  | 0,10 | 5,10  | 0,10 |
| 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 микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами | 25/44  | 5,3  | 1,2  | 36,0  | 176  | 36  | 0   | 0   | 1,86  | 0,23 | 0,00  | 0,00 |
|         | Всего:                                                                 |        | 35,5 | 28,3 | 88,2  | 753  | 113 | 143 | 319 | 6,86  | 0,64 | 17,06 | 0,19 |
|         | Полдник                                                                |        |      |      |       |      |     |     |     |       |      |       |      |

|          |                                                                                                  |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
|          | Коктейль на овсяной основе с добавлением какао, обогащённый витаминами и минеральными веществами | 200    | 3,0         | 6,4         | 19,0         | 140         | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
|          | Кекс для детского питания                                                                        | 28     | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 124         | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
|          | Печенье                                                                                          | 20     | 1,6         | 3,2         | 13,0         | 88          | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | <b>6,3</b>  | <b>15,8</b> | <b>47,7</b>  | <b>352</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>   | <b>0</b>   | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                                                    |        | <b>54,8</b> | <b>65,4</b> | <b>192,5</b> | <b>1575</b> | <b>395</b> | <b>178</b> | <b>533</b> | <b>8,81</b> | <b>0,79</b> | <b>18,48</b> | <b>0,44</b> |
|          | <b>Среда</b>                                                                                     |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
|          | <b>Завтрак</b>                                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
| 863/2022 | Блины фаршированные с клубникой с маслом                                                         | 140/5  | 2,8         | 7,1         | 60,2         | 344         | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 338      | Фрукты свежие                                                                                    | 220    | 0,9         | 0,7         | 22,7         | 102         | 100        | 26         | 35         | 5,00        | 0,04        | 11,00        | 0,00        |
| 377      | Чай с лимоном                                                                                    | 200/15 | 0,3         | 0,1         | 5,5          | 24          | 11         | 6          | 12         | 0,93        | 0,00        | 6,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | <b>4,0</b>  | <b>7,9</b>  | <b>88,4</b>  | <b>470</b>  | <b>111</b> | <b>32</b>  | <b>47</b>  | <b>5,9</b>  | <b>0,0</b>  | <b>17,1</b>  | <b>0,0</b>  |
|          | <b>Обед</b>                                                                                      |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
| 157      | Солянка домашняя со сметаной, зеленью                                                            | 205    | 5,5         | 5,1         | 5,6          | 91          | 17         | 26         | 56         | 0,90        | 0,13        | 4,20         | 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                                                                                   | 150    | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 178         | 6          | 8          | 35         | 0,80        | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
| 71       | Помидоры свежие (доп.гарнир)                                                                     | 70     | 0,8         | 0,1         | 2,7          | 15          | 10         | 14         | 18         | 0,63        | 0,04        | 17,50        | 0,00        |
| ТТК 89   | Компот из апельсинов                                                                             | 200    | 0,2         | 0,1         | 17,0         | 69          | 9          | 3          | 6          | 0,10        | 0,01        | 15,00        | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                           | 25/50  | 5,8         | 1,3         | 39,4         | 193         | 38         | 0          | 0          | 1,98        | 0,25        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | <b>31,5</b> | <b>22,8</b> | <b>102,7</b> | <b>744</b>  | <b>90</b>  | <b>61</b>  | <b>168</b> | <b>5</b>    | <b>1</b>    | <b>37</b>    | <b>0</b>    |
|          | <b>Полдник</b>                                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
|          | Кекс "Волжский"                                                                                  | 70     | 4,2         | 14,7        | 41,3         | 294         | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 377      | Чай с лимоном                                                                                    | 200/15 | 0,3         | 0,1         | 5,5          | 24          | 11         | 6          | 12         | 0,93        | 0,00        | 6,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | <b>4,5</b>  | <b>14,8</b> | <b>46,8</b>  | <b>318</b>  | <b>11</b>  | <b>6</b>   | <b>12</b>  | <b>0,93</b> | <b>0,00</b> | <b>6,10</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                                                    |        | <b>40,0</b> | <b>45,5</b> | <b>237,9</b> | <b>1532</b> | <b>212</b> | <b>99</b>  | <b>227</b> | <b>12,3</b> | <b>0,9</b>  | <b>59,9</b>  | <b>0,0</b>  |
|          | <b>Четверг</b>                                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
|          | <b>Завтрак</b>                                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
| 204      | Макароны с сыром                                                                                 | 180    | 10,2        | 13,5        | 29,0         | 278         | 121        | 19         | 131        | 0,80        | 0,06        | 0,00         | 0,00        |
|          | Творог для детского питания                                                                      | 100    | 7,6         | 4,2         | 11,1         | 113         | 85         | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 377      | Чай с лимоном                                                                                    | 200/15 | 0,3         | 0,1         | 5,5          | 24          | 11         | 6          | 12         | 0,93        | 0,00        | 6,10         | 0,00        |
|          | Батон, витаминный с микронутриентами                                                             | 32     | 2,6         | 0,6         | 18,3         | 90          | 13         | 0          | 0          | 0,64        | 0,10        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | <b>20,7</b> | <b>18,4</b> | <b>63,9</b>  | <b>505</b>  | <b>230</b> | <b>25</b>  | <b>143</b> | <b>2,4</b>  | <b>0,2</b>  | <b>6,1</b>   | <b>0,0</b>  |
|          | <b>Обед</b>                                                                                      |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
| 102      | Суп картофельный с горохом, куриным филе, зеленью                                                | 200    | 6,9         | 4,5         | 12,2         | 117         | 25         | 36         | 90         | 1,80        | 0,30        | 5,00         | 0,01        |
| ТТК116   | Наггетсы "Классические"                                                                          | 100    | 22,2        | 8,9         | 12,2         | 217         | 1          | 1          | 1          | 1,00        | 1,00        | 0,60         | 1,00        |
| 304      | Рис отварной                                                                                     | 150    | 3,7         | 6,3         | 28,5         | 185         | 1          | 12         | 62         | 0,50        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
|          | Вафли                                                                                            | 18     | 0,8         | 4,5         | 11,9         | 92          | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 389      | Сок фруктовый                                                                                    | 200    | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 41          | 5          | 4          | 8          | 0,90        | 0,00        | 0,10         | 0,00        |
|          | Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами                           | 25/48  | 5,6         | 1,3         | 38,3         | 187         | 37         | 0          | 0          | 1,90        | 0,24        | 0,00         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | <b>39,4</b> | <b>25,6</b> | <b>113,2</b> | <b>839</b>  | <b>69</b>  | <b>53</b>  | <b>161</b> | <b>6,1</b>  | <b>1,5</b>  | <b>5,7</b>   | <b>1,0</b>  |
|          | <b>Полдник</b>                                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
|          | Булочка "Художественная"                                                                         | 70     | 4,6         | 3,2         | 41,3         | 212         | 0          | 0          | 0          | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00        |
| 342      | Компот из яблок                                                                                  | 200    | 0,2         | 0,2         | 13,9         | 58          | 7          | 4          | 4          | 0,90        | 0,00        | 4,10         | 0,00        |
|          | <b>Всего:</b>                                                                                    |        | <b>4,8</b>  | <b>3,4</b>  | <b>55,2</b>  | <b>270</b>  | <b>7</b>   | <b>4</b>   | <b>4</b>   | <b>0,90</b> | <b>0,00</b> | <b>4,10</b>  | <b>0,00</b> |
|          | <b>Итого:</b>                                                                                    |        | <b>64,9</b> | <b>47,4</b> | <b>232,3</b> | <b>1614</b> | <b>306</b> | <b>82</b>  | <b>308</b> | <b>9,4</b>  | <b>1,7</b>  | <b>15,9</b>  | <b>1,0</b>  |
|          | <b>Пятница</b>                                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |
|          | <b>Завтрак</b>                                                                                   |        |             |             |              |             |            |            |            |             |             |              |             |

[illegible]