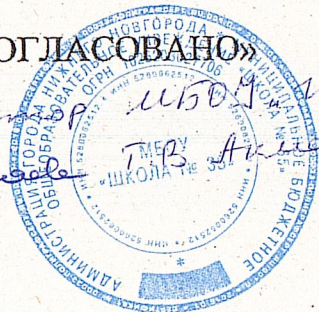


«СОГЛАСОВАНО»

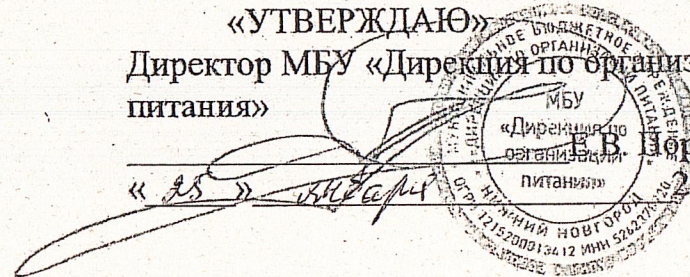
Директор МБОУ «Школа №354»  
Т.В. Акимова



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ «Дирекция по организации питания»

« 25 » февраля 2025 г.  
Т.В. Пороховой



2-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания, учащихся средних и старших классов на февраль 2025 года в общеобразовательных учреждениях:  
Канавинского района школы № 41,51,52,55,75,96,109,109ф,110,121,167,168,168ф,176,181, гимназия №50  
Ленинского района № 60,62,72,91,94,97,100,101,106,120,123, 138,160,175,177,182(1к),182(2к),185, гимназия №184, лицей №180  
Московского района № 21,64,66,69,70,73,74,93,115(1к),115(2к),118,139,146,149,172,178, лицей №87, гимназия №67  
Сормовского района № 9,26,27,76,77,78,81,84,85,117,117ф,141,183, лицей №82  
Нижегородского района № 3,7,14,19,22,30,33,35,42,102,103,113, гимназия №1, лицей №№ 8,40  
Советского района № 18,24,29,44,46,47,49,54,122,151,173,188, гимназии №№ 25, 53  
Приокского района №11,32,34,45,48,88,88ф,89,132,134,135,135ф,140,152,154,174, гимназия №17  
Автозаводского района № 5,6,12,15,16,20,37,43,58,59,63,105,111,114,119,124,125,127,127ф,128,129,130,133,137,144,145,161,169,170,171,179,190

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюд	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
	<i>Первая неделя</i>												
	<b>Понедельник</b>												
	<b>Завтрак</b>												
ТТК 57	Пудинг "Лакомка" с вареньем	<b>200/25</b>	20,9	14,3	68,6	486	85	13	80	0,60	0,06	0,20	0,00
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	<b>20</b>	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,40	0,06	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>22,7</b>	<b>14,8</b>	<b>90,1</b>	<b>583</b>	<b>98</b>	<b>17</b>	<b>88</b>	<b>1,85</b>	<b>0,12</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>												
ТТК 370	Суп сырный с гречками, зеленью	<b>250/15</b>	6,1	6,3	22,8	173	120	16	91	1,00	0,24	10,10	0,02
265	Плов из говядины	<b>200</b>	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,50	0,10	0,70	0,00
348	Компот из кураги	<b>200</b>	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	<b>25/25</b>	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>22,5</b>	<b>18,8</b>	<b>98,2</b>	<b>682</b>	<b>190</b>	<b>78</b>	<b>296</b>	<b>4,69</b>	<b>0,56</b>	<b>11,69</b>	<b>0,02</b>
	<b>Полдник</b>												
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с творогом	<b>100</b>	12,0	9,3	27,9	243	91	19	128	0,70	0,10	0,10	0,03
700	Напиток клюквенный	<b>200</b>	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,20	0,00	3,80	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>12,1</b>	<b>9,4</b>	<b>43,8</b>	<b>308</b>	<b>95</b>	<b>23</b>	<b>131</b>	<b>0,90</b>	<b>0,10</b>	<b>3,90</b>	<b>0,03</b>
	<b>Итого:</b>		<b>57,3</b>	<b>43,0</b>	<b>232,1</b>	<b>1573</b>	<b>383</b>	<b>118</b>	<b>515</b>	<b>7,44</b>	<b>0,78</b>	<b>15,89</b>	<b>0,05</b>
	<b>Вторник</b>												
	<b>Завтрак</b>												
864/2022	Блины "Домашние" со сгущённым молоком	<b>150/25</b>	10,8	24,6	45,4	438	0	0	0	0,00	0,00	0,25	0,00
338	Фрукты свежие	<b>120</b>	1,0	0,2	9,0	42	42	14	21	0,10	0,10	45,60	0,00
377	Чай с лимоном	<b>200/7</b>	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>12,1</b>	<b>24,9</b>	<b>64,7</b>	<b>523</b>	<b>50</b>	<b>19</b>	<b>31</b>	<b>0,99</b>	<b>0,10</b>	<b>48,75</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>												
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	<b>260</b>	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,14	0,23	5,00	0,00
295	Котлета куриная	<b>100</b>	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,80	0,20	1,30	0,06
309	Рожки отварные	<b>180</b>	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
342	Компот из груши	<b>200</b>	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,00	0,00	2,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	<b>25/25</b>	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>39,5</b>	<b>19,7</b>	<b>103,9</b>	<b>749</b>	<b>110</b>	<b>119</b>	<b>306</b>	<b>7,35</b>	<b>0,70</b>	<b>8,40</b>	<b>0,09</b>
	<b>Полдник</b>												

	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
421	Сдоба обыкновенная слив.мас	100	8,1	5,2	59,9	318	17	13	75	1,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Всего:</b>		<b>10,1</b>	<b>6,2</b>	<b>81,9</b>	<b>418</b>	<b>17</b>	<b>13</b>	<b>75</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>61,7</b>	<b>50,8</b>	<b>250,5</b>	<b>1690</b>	<b>177</b>	<b>151</b>	<b>412</b>	<b>9,34</b>	<b>0,80</b>	<b>57,15</b>	<b>0,10</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
210	Омлет натуральный	200	18,6	20,0	4,6	270	165	27	328	3,46	0,09	0,98	0,02
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,10	0,30	0,90	0,14
	Батон витаминный с микронутриентами	35	2,8	0,7	20,0	98	14	0	0	0,70	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>24,2</b>	<b>28,8</b>	<b>49,3</b>	<b>551</b>	<b>264</b>	<b>37</b>	<b>391</b>	<b>4,26</b>	<b>0,47</b>	<b>1,88</b>	<b>0,16</b>
	<b>Обед</b>												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	12,7	1,0	15,9	124	13	28	44	0,90	0,10	0,80	0,02
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,00	0,00	0,60	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>35,1</b>	<b>19,3</b>	<b>98,0</b>	<b>705</b>	<b>80</b>	<b>208</b>	<b>317</b>	<b>9,65</b>	<b>0,55</b>	<b>1,50</b>	<b>0,06</b>
	<b>Полдник</b>												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,20	0,10	1,80	0,04
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с рисом яйцом	100	18,1	19,3	32,9	379	76	26	220	2,80	0,10	0,10	0,03
	<b>Всего:</b>		<b>23,7</b>	<b>24,3</b>	<b>54,9</b>	<b>535</b>	<b>318</b>	<b>56</b>	<b>408</b>	<b>3,00</b>	<b>0,20</b>	<b>1,90</b>	<b>0,07</b>
	<b>Итого:</b>		<b>83,0</b>	<b>72,4</b>	<b>202,2</b>	<b>1791</b>	<b>662</b>	<b>301</b>	<b>1116</b>	<b>16,91</b>	<b>1,22</b>	<b>5,28</b>	<b>0,29</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	0,04
ТТК 98	Курица с булгуром	200	13,6	10,0	40,2	305	10	4	17	0,30	0,30	3,30	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	35	2,8	0,7	20,0	98	14	0	0	0,70	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>17,2</b>	<b>18,5</b>	<b>81,4</b>	<b>561</b>	<b>52</b>	<b>19</b>	<b>42</b>	<b>4,29</b>	<b>0,38</b>	<b>17,20</b>	<b>0,04</b>
	<b>Обед</b>												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушёной, сметаной, зеленью	270	5,5	7,9	13,9	149	41	26	84	1,60	0,20	10,40	0,05
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	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06

342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>28,6</b>	<b>27,7</b>	<b>85,8</b>	<b>706</b>	<b>184</b>	<b>106</b>	<b>363</b>	<b>6,48</b>	<b>0,61</b>	<b>15,26</b>	<b>4,51</b>
	<b>Полдник</b>												
ТТК 357/1	Маковый рулетик посыпной	100	8,6	10,8	42,3	301	38	12	63	0,70	0,10	0,10	0,01
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>9,7</b>	<b>11,5</b>	<b>77,7</b>	<b>454</b>	<b>66</b>	<b>25</b>	<b>78</b>	<b>3,75</b>	<b>0,11</b>	<b>31,10</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>	<b>0</b>	<b>55,5</b>	<b>57,7</b>	<b>244,9</b>	<b>1721</b>	<b>302</b>	<b>150</b>	<b>483</b>	<b>14,52</b>	<b>1,10</b>	<b>63,56</b>	<b>4,56</b>
	<b>Пятница</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
259	Жаркое по-домашнему	200	9,0	11,7	20,5	224	23	42	96	2,00	0,30	9,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,40	0,06	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>10,9</b>	<b>18,4</b>	<b>44,2</b>	<b>386</b>	<b>36</b>	<b>46</b>	<b>104</b>	<b>3,25</b>	<b>0,36</b>	<b>9,10</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>												
88	Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной тушёной, зеленью	260	3,1	4,2	7,8	82	36	21	67	1,10	0,24	18,70	0,00
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>36,3</b>	<b>29,2</b>	<b>92,2</b>	<b>807</b>	<b>116</b>	<b>154</b>	<b>342</b>	<b>6,02</b>	<b>0,60</b>	<b>21,25</b>	<b>0,12</b>
	<b>Полдник</b>												
ТТК 246	Плошка с сахаром	100	6,6	10,0	48,5	310	10	10	51	0,80	0,10	0,00	0,00
	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	23,0	92	14	8	14	2,80	0,20	4,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>6,6</b>	<b>10,0</b>	<b>71,5</b>	<b>402</b>	<b>24</b>	<b>18</b>	<b>65</b>	<b>3,60</b>	<b>0,30</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>53,8</b>	<b>57,6</b>	<b>207,9</b>	<b>1595</b>	<b>176</b>	<b>218</b>	<b>511</b>	<b>12,87</b>	<b>1,26</b>	<b>34,35</b>	<b>0,12</b>
	<b>Суббота</b>												
	<b>Завтрак</b>												
ТТК 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	16,3	7,8	3,0	156	141	62	191	1,00	0,01	0,20	3,30
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
ТТК 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,05	0,00	0,00	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>Завтрак</b>												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,04
ТТК 12/1	Жаркое с куриным филе	200	10,5	9,9	18,8	207	18	30	81	1,30	0,30	8,30	0,00
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,30	0,01	16,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>13,2</b>	<b>20,8</b>	<b>46,0</b>	<b>423</b>	<b>54</b>	<b>44</b>	<b>111</b>	<b>2,49</b>	<b>0,31</b>	<b>27,20</b>	<b>0,04</b>
	<b>Обед</b>												
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,90	0,40	0,10	0,01
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,30	0,20	0,40	4,40
304	Рис отварной длиноз.	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04
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, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>25,4</b>	<b>23,9</b>	<b>96,6</b>	<b>712</b>	<b>109</b>	<b>100</b>	<b>328</b>	<b>4,00</b>	<b>0,72</b>	<b>5,00</b>	<b>4,45</b>
	<b>Полдник</b>												
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с курагой	100	6,1	5,2	40,2	232	67	36	79	1,30	0,08	0,30	0,01
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
ТТК 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,50	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>6,5</b>	<b>5,6</b>	<b>66,0</b>	<b>341</b>	<b>86</b>	<b>46</b>	<b>91</b>	<b>4,20</b>	<b>0,08</b>	<b>11,30</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>45,1</b>	<b>50,3</b>	<b>208,6</b>	<b>1476</b>	<b>249</b>	<b>190</b>	<b>530</b>	<b>10,69</b>	<b>1,11</b>	<b>43,50</b>	<b>4,50</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
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,00	0,00	0,60	0,01
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>16,4</b>	<b>21,1</b>	<b>58,6</b>	<b>487</b>	<b>29</b>	<b>28</b>	<b>73</b>	<b>2,76</b>	<b>0,07</b>	<b>0,70</b>	<b>0,04</b>
	<b>Обед</b>												
111/2004	Борщ "Сибирский" с говядиной тушёной, со сметаной, зеленью	270	4,3	5,6	10,2	109	39	23	76	1,50	0,18	9,20	0,01
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/40	4,6	1,3	30,8	149	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00

	<i>Всего:</i>		33,9	27,0	108,4	838	118	215	400	9,58	0,82	10,10	0,04
	Полдник												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,20	0,10	1,80	0,04
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с рисом яйцом	100	18,1	19,3	32,9	379	76	26	220	2,80	0,10	0,10	0,03
	<i>Всего:</i>		23,7	24,3	54,9	535	318	56	408	3,00	0,20	1,90	0,07
	<i>Итого:</i>		74,0	72,4	221,9	1860	465	299	881	15,34	1,09	12,70	0,15
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,04
15	Сыр порционно	10	2,3	2,9	0,0	35	100	6	60	0,10	0,00	0,07	0,03
182	Каша молочная пшённая жидкая с маслом	200/5	6,4	6,8	28,2	199	155	38	170	0,80	0,10	1,60	0,00
	Кисломолочный продукт "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	30	2,1	0,8	15,0	72	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<i>Всего:</i>		14,0	21,1	61,6	490	265	49	243	1,79	0,10	4,57	0,07
	Обед												
101	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами, зеленью	265	4,6	5,7	17,2	139	16	22	71	0,90	0,30	8,50	0,00
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	20/20	2,8	0,7	18,6	90	14	0	0	0,80	0,10	0,00	0,00
	<i>Всего:</i>		28,4	29,0	108,9	809	79	47	188	3,36	0,65	28,76	0,07
	Полдник												
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с картофелем луком	100	5,6	7,2	27,9	199	29	16	64	0,76	0,09	1,33	0,01
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,00	0,00	2,10	0,00
	<i>Всего:</i>		6,2	7,7	52,7	306	55	31	82	4,16	0,09	14,43	0,01
	<i>Итого:</i>		48,6	57,8	223,2	1605	399	127	513	9,31	0,84	47,76	0,15
	Пятница												
	Завтрак												
291	Плов из куриного филе	200	11,7	10,9	45,3	326	15	30	96	0,80	0,30	4,00	0,00
101/2004	Икра кабачковая (доп.гарнир)	30	0,4	1,4	2,3	23	10	4	9	0,20	0,00	2,90	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный (горячий напиток)	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,00	0,00	7,60	0,00

	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>13,9</b>	<b>13,2</b>	<b>96,4</b>	<b>558</b>	<b>46</b>	<b>44</b>	<b>123</b>	<b>3,40</b>	<b>0,30</b>	<b>25,50</b>	<b>0,00</b>
	Обед												
Н12	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	4,8	4,0	14,0	111	9	18	73	1,00	0,10	5,20	0,00
431/2004	Печень по-строгановски	100	13,7	10,5	7,5	179	18	16	233	4,90	0,20	8,20	0,02
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
306	Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	20	2,0	1,0	12,0	65	7	21	60	0,70	0,08	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	20/25	3,2	0,9	21,1	102	14	0	0	0,78	0,07	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>34,1</b>	<b>25,3</b>	<b>108,8</b>	<b>794</b>	<b>71</b>	<b>220</b>	<b>616</b>	<b>13,63</b>	<b>0,70</b>	<b>13,50</b>	<b>0,05</b>
	Полдник												
421	Сдоба обыкновенная слив.мас	100	8,1	5,2	59,9	318	17	13	75	1,00	0,00	0,00	0,01
	Напиток овсяный шоколадный, обогащенный кальцием и витамином В <sub>2</sub>	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>10,1</b>	<b>11,6</b>	<b>78,9</b>	<b>458</b>	<b>17</b>	<b>13</b>	<b>75</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>58,1</b>	<b>50,1</b>	<b>284,1</b>	<b>1810</b>	<b>134</b>	<b>277</b>	<b>814</b>	<b>18,03</b>	<b>1,00</b>	<b>39,00</b>	<b>0,06</b>
	Суббота												
	Завтрак												
ГТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	25	1,8	0,6	12,5	60	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>32,6</b>	<b>23,1</b>	<b>68,7</b>	<b>611</b>	<b>33</b>	<b>103</b>	<b>225</b>	<b>3,91</b>	<b>0,18</b>	<b>4,56</b>	<b>0,11</b>
	Обед												
119	Суп гороховый с гренками	250/15	10,1	6,1	31,5	221	40	31	79	2,90	0,49	0,00	0,00
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	20/20	2,8	0,7	18,6	90	14	0	0	0,80	0,10	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>30,7</b>	<b>24,6</b>	<b>88,6</b>	<b>697</b>	<b>117</b>	<b>78</b>	<b>235</b>	<b>6,78</b>	<b>0,90</b>	<b>4,46</b>	<b>0,06</b>
	Полдник												
ГТК 376	Пирожок печёный сдобный с курагой	100	6,1	5,2	40,2	232	67	36	79	1,30	0,08	0,30	0,01
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
ГТК 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,50	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>6,5</b>	<b>5,6</b>	<b>66,0</b>	<b>341</b>	<b>86</b>	<b>46</b>	<b>91</b>	<b>4,20</b>	<b>0,08</b>	<b>11,30</b>	<b>0,01</b>



	<i>Итого:</i>		69,8	53,3	223,3	1649	236	227	551	14,89	1,16	2032	0,18
	Итого по меню:		725,7	664,8	2788,6	20099	4267	2521	7816	153,67	12,83	38397	1683
	среднее за день		60,5	55,4	232,4	1675	356	210	651	12,81	1,07	3233	1,13

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