

УТВЕРЖДАЮ:



Директор
МАУ «Центр социального питания»

Н.Н.Мутовкина

2024 г.

**ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ**

Г. ВОЛОГДА

СОГЛАСОВАНО:



Директор МАУ «Центр социального питания»

Иванов И.И.

2024 год

**Примерное
10 дневное меню
для обучающихся 5-11-х классов 2024-2025 учебный год**

| № рец. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. Цен. ккал |
|----------|---------------------------------|------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Первая неделя | | | | | |
| | Понедельник | | | | | |
| ТТК | Ежики из птицы(окорочка) | 100/30/24 | 17,51 | 6,52 | 10,93 | 170 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 177/2022 | с горошком консервированным | | 0,72 | 0 | 1,44 | 8,64 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,12 | 10,98 | 41,04 | 294 |
| 631/04 | Компот из свежих плодов(яблоки) | 200 | 0,32 | 0 | 35,8 | 98 |
| ТУ | Хлеб гречишный | 30 | 1,98 | 0,34 | 12,4 | 62 |
| ТУ | Кондитерское изделие(вафля) | 25 | 0,68 | 5,4 | 11,2 | 133 |
| | Итого: | 599 | 27,63 | 24,75 | 114,65 | 787,64 |
| | Вторник | | | | | |
| 437/2004 | Гуляш из отварного мяса | 50/50 | 12,8 | 32,46 | 3,64 | 357 |
| 512/04 | Рис припущенный | 180 | 4,32 | 7,2 | 44,4 | 265 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 24 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50 |
| 338/2011 | Плоды свежие(мандарин) | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 |
| | Итого: | 604 | 19,77 | 40,19 | 80,8 | 767 |
| | Среда | | | | | |
| 595/2022 | Наггетсы | 110/30 | 9,8 | 6,6 | 7,2 | 175 |
| 553/22 | с соусом сметанным с томатом | | 0,84 | 3,24 | 2,34 | 24 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | | 180 | 6,12 | 10,98 | 41,04 |
| ТТК | Напиток чайный Ягодный | 200 | 0,2 | 0,05 | 12,1 | 46 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 39 | 2,64 | 0,44 | 16,4 | 80 |
| ТУ | Кондитерское изделие(печенье) | 20 | 1,62 | 2,26 | 2,16 | 90 |
| | Итого: | 579 | 21,22 | 23,57 | 81,24 | 709 |
| | Четверг | | | | | |
| 499/04 | Котлета из филе цыпленка | 100/30 | 15,2 | 13,6 | 13,47 | 233 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | | 180 | 4,92 | 12,96 | 47,81 |
| 705/04 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0 | 23,6 | 94 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 30 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 62 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоко) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| | Итого: | 660 | 23,28 | 28,88 | 110,78 | 745 |
| | Пятница | | | | | |
| 451/04 | Котлета из свинины | 100/30/19 | 13,29 | 30,69 | 16,32 | 391 |
| 553/22 | с соусом сметанным с томатом, | | 0,84 | 3,24 | 2,34 | 24 |
| 199/2022 | с огурцом соленым | | 0,56 | 0 | 0,6 | 2,28 |
| 512/04 | Рис припущенный | 180 | 4,32 | 7,2 | 44,4 | 265 |
| 707/04 | Сок фруктовый | 200 | 0 | 0 | 20 | 90 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 30 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 62 |
| ГОСТ | Кондитерское изделие(вафля) | 25 | 1 | 7,5 | 15 | 133 |
| | Итого: | 584 | 21,99 | 48,96 | 110,96 | 967,28 |

| | | | | | | |
|----------|---------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | | |
| | Суббота | | | | | |
| 864/2022 | Блинчики | 150/20 | 6,24 | 21,59 | 43,68 | 383 |
| ГОСТ | с молоком сгущенным | | 1,5 | 0,04 | 11,36 | 52 |
| ТТК | Напиток из варенья (черная смородина) | 200 | 0 | 0 | 28,96 | 109 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| 338/2011 | Плоды свежие(апельсин) | 171 | 1,54 | 0,34 | 13,85 | 74 |
| | Итого: | 561 | 10,78 | 22,56 | 108,12 | 671 |
| | | | | | | |
| | Вторая неделя | | | | | |
| | Понедельник | | | | | |
| 492/2004 | Плов из цыпленка | 40/210 | 17,7 | 26,8 | 55,1 | 519 |
| ТТК | Напиток чайный Ягодный | 200 | 0,2 | 0,05 | 12,1 | 46 |
| ТУ | Кондитерское изделие(пряник) | 60 | 3,66 | 3,84 | 44,82 | 220 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 40 | 2,64 | 0,44 | 16,4 | 83 |
| | Итого: | 550 | 24,2 | 31,13 | 128,42 | 868 |
| | | | | | | |
| | Вторник | | | | | |
| 499/04 | Биточек куриный | 100/30/24 | 15,2 | 13,6 | 13,47 | 233 |
| 595/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| ГОСТ | с горошком консервированным | | 0,72 | 0 | 1,44 | 8,64 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 4,92 | 12,96 | 47,81 | 278 |
| 638/04 | Компот из кураги | 200 | 1,04 | 0,06 | 30,16 | 118 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 33 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 68 |
| ГОСТ | Кондитерское изделие(печенье) | 20 | 1,5 | 3,2 | 14 | 90 |
| | Итого : | 587 | 25,66 | 31,66 | 121,02 | 817,64 |
| | | | | | | |
| | Среда | | | | | |
| ТТК | Гуляш из птицы | 50/50 | 15,5 | 17,5 | 3,4 | 233 |
| 520/04 | Пюре картофельное | 180 | 3,78 | 5,76 | 24,53 | 164 |
| ТТК | Чай с сахаром и яблоками | 200/15/10 | 0,24 | 0,05 | 16 | 62 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 31 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 62 |
| ТУ | Кондитерское изделие(вафля) | 25 | 1 | 7,5 | 15 | 133 |
| | Итого: | 546 | 22,5 | 31,14 | 71,23 | 654 |
| | Четверг | | | | | |
| 451/04 | Котлета мясная | 100/30 | 13,29 | 30,69 | 16,32 | 391 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 512/04 | Рис припущенный | 180 | 4,32 | 7,2 | 44,4 | 265 |
| 707/04 | Сок фруктовый | 200 | 0 | 0 | 20 | 90 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 30 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 62 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоко) | 1шт/104 | 0,9 | 0,23 | 8,5 | 49 |
| | Итого: | 644 | 20,79 | 39,96 | 103,36 | 879 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| Пятница | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ТТК | Картофель тушеный с мясом | 40/210 | 15,59 | 26,51 | 42,66 | 461 |
| 199/2022 | с соленым огурцом | 30 | 0,84 | 0 | 0,9 | 3,6 |
| ТТК | Компот из свежих плодов(яблок и груши) | 200 | 0,16 | 0 | 28,4 | 107 |
| ТУ | Хлеб гречишный | 40 | 2,64 | 0,46 | 16,6 | 82 |
| 338/2011 | Плоды свежие(апельсин) | шт/157 | 0,94 | 0,24 | 8,85 | 68 |
| | Итого : | 677 | 20,17 | 27,21 | 97,41 | 721,6 |
| Суббота | | | | | | |
| 595/2022 | Наггетсы | 110/30 | 9,8 | 6,6 | 7,2 | 175 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,12 | 10,98 | 41,04 | 294 |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 36 | 2,7 | 1,04 | 18,5 | 94 |
| ТУ,ГОСТ | Кондитерское изделие(Печенье) | 22 | 1,92 | 10,2 | 18 | 125 |
| | Итого: | 585 | 21,1 | 30,38 | 101,8 | 769 |

УТВЕРЖДАЮ:



Директор

МАУ «Центр социального питания»

Н.Н.Мутовкина

« 11 » 2024 г.

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ**

Г. ВОЛОГДА

СОГЛАСОВАНО:



Директор

МАУ «СОШ № 39»

для докум

И.И.Знайкина

« 11 » 11 2024 год

**Примерное
10 дневное меню завтраков
для обучающихся 1-4-х классов 2024-2025 учебный год**

| № рец. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. Цен. ккал |
|----------|---|------------|----------------------|---------------|---------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Первая неделя | | | | | |
| | Понедельник | | | | | |
| 302/2004 | Каша рисовая вязкая с маслом сливочным | 200/5 | 6,15 | 6,39 | 42,75 | 242 |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| ТУ | Кисло-молочный продукт | 200 | 5,6 | 6,4 | 19,4 | 158 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоко) | 136 | 0,54 | 0,54 | 13,32 | 64 |
| | Итого: | 768 | 14,05 | 13,97 | 100,96 | 576 |
| | Вторник | | | | | |
| 553/2022 | Фрикадельки по-калининградски с соусом томатным | 100/30 | 16,1 | 13,2 | 10,3 | 222 |
| 587/04 | | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 4,1 | 10,8 | 39,84 | 232 |
| ТТК | Компот из яблок и мандаринов | 200 | 0,2 | 0,02 | 28,1 | 106 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 15 | 0,99 | 0,17 | 6,2 | 31 |
| 338/2011 | Плоды свежие(мандарин) | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 |
| | Итого: | 595 | 22,49 | 25,9 | 93,78 | 651 |
| | Среда | | | | | |
| 340/04 | Омлет натуральный с маслом | 145/3 | 15 | 23 | 3 | 278 |
| 693/04 | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 119 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 33 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 58 |
| ТУ | Кондитерское изделие(пряник) | 2шт/120 | 7,32 | 7,68 | 89,64 | 427 |
| | Итого: - | 501 | 27,9 | 34,81 | 120,49 | 882 |
| | Четверг | | | | | |
| 864/2022 | Блинчики | 150/20 | 6,24 | 21,59 | 43,68 | 383 |
| ГОСТ | с молоком сгущенным | | 1,5 | 0,04 | 11,36 | 52 |
| ТТК | Напиток из варенья (черная смородина) | 200 | 0 | 0 | 28,96 | 109 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| 338/2011 | Плоды свежие(груша) | 125 | 0,5 | 0,38 | 12,88 | 60 |
| | Итого: | 515 | 9,74 | 22,6 | 107,15 | 657 |
| | Пятница | | | | | |
| 366/04 | Запеканка из творога | 140/40 | 24,4 | 21,64 | 23 | 385 |
| 616/2004 | с соусом ягодным из смородины | | 0,02 | 0,008 | 5,06 | 20 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 26 | 1,88 | 0,74 | 12,83 | 68 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоки) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого: | 506 | 26,9 | 22,838 | 65,7 | 577 |

| Вторая неделя | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| Понедельник | | | | | | |
| 333/04 | Макароны с сыром | 150/15/13 | 8,58 | 13,58 | 34,2 | 299 |
| 177/2022 | с горошком консервированным | | 0,39 | 0 | 0,78 | 4,7 |
| 707/04 | Сок фруктовый | 200 | 0 | 0 | 20 | 90 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| ТУ | Кисло-молочный продукт | 200 | 5,6 | 6,4 | 19,4 | 158 |
| | Итого: | 598 | 16,07 | 20,57 | 84,65 | 604,7 |
| Вторник | | | | | | |
| 451/04 | Котлета мясная | 100/30 | 13,29 | 30,69 | 16,32 | 391 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 512/04 | Рис припущенный | 150 | 3,6 | 6 | 37 | 221 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| 338/2011 | Плоды свежие(груша) | 134 | 0,54 | 0,4 | 13,8 | 65 |
| | Итого : | 634 | 19,43 | 39,24 | 94,24 | 809 |
| Среда | | | | | | |
| ТТК | Зразы ленивые мясные(св) | 100/30/19 | 11,8 | 28,51 | 15,65 | 362 |
| 601/04 | с соусом сметанным с томатом | | 0,84 | 3,24 | 2,34 | 24 |
| 177/2022 | с горошком консервированным | | 0,57 | 0 | 1,14 | 6,8 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 4,1 | 10,8 | 39,84 | 232 |
| 705/04 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0 | 23,6 | 94 |
| ГОСТ | Хлеб гречишный | 27 | 2,64 | 0,46 | 16,6 | 55 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого : | 626 | 20,75 | 43,41 | 108,97 | 820,8 |
| Четверг | | | | | | |
| 366/04 | Запеканка из творога | 140/40 | 24,4 | 21,64 | 23 | 385 |
| 616/2004 | с соусом ягодным из смородины | | 0,02 | 0,008 | 5,06 | 20 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 26 | 1,88 | 0,74 | 12,83 | 68 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого: | 506 | 26,9 | 22,838 | 65,7 | 577 |
| Пятница | | | | | | |
| 897/2022 | Пельмени с маслом сливочным | 180/4 | 10,85 | 24,5 | 37,84 | 406 |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 |
| ГОСТ | Хлеб гречишный | 28 | 1,85 | 0,32 | 11,63 | 57 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| ТУ,ГОСТ | Кондитерское изделие(Печенье) | 22 | 1,92 | 10,2 | 18 | 125 |
| | Итого: | 541 | 15,28 | 35,47 | 92,49 | 694 |

УТВЕРЖДАЮ:



Директор

МАУ «Центр социального питания»

Н.Н.Мутовкина

11 2024 г.

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
1-4 КЛАССОВ**

Г. ВОЛОГДА

СОГЛАСОВАНО:



Директор МАУ «СОШ № 39»

Знает М. Н. Знсейков

11 2024 год

Примерное 10-дневное меню
для организации питания обучающихся начальных классов
с ограниченными возможностями здоровья(ОВЗ)2024-2025 уч.год

| № рец. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. Цен. ккал |
|----------|--|---------------|----------------------|--------------|---------------|------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | Первая неделя | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Понедельник | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 302/2004 | Каша рисовая вязкая с маслом сливочным | 200/5 | 6,15 | 6,39 | 42,75 | 242 |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| ТУ | Кисло-молочный продукт | 200 | 5,6 | 6,4 | 19,4 | 158 |
| 338/2011 | Фрукты свежие(яблоко) | 136 | 0,54 | 0,54 | 13,32 | 64 |
| | Итого: | 768 | 14,05 | 13,97 | 100,96 | 576 |
| | Обед | | | | | |
| 138/04 | Суп картофельный с крупой и цыпленком отварным | 250/12,5 | 1,98 | 2,72 | 12,12 | 86 |
| | | | 2,7 | 1,67 | 0 | 26 |
| ТТК | Ежики из птицы(окорочка) | 100/30 | 17,51 | 6,52 | 10,93 | 170 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,1 | 9,15 | 34,2 | 245 |
| 631/04 | Компот из свежих фруктов(яблоко) | 200 | 0,32 | 0 | 35,8 | 98 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 32 | 2,11 | 0,35 | 13,11 | 66 |
| | Итого за обед | 774,5 | 30,02 | 21,92 | 108 | 713 |
| | Всего за день | 1542,5 | 44,07 | 35,89 | 208,96 | 1289 |
| | | | | | | |
| | Вторник | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 553/2022 | Фрикадельки по-калининградски | 100/30 | 16,1 | 13,2 | 10,3 | 222 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 4,1 | 10,8 | 39,84 | 232 |
| ТТК | Компот из яблок и мандаринов | 200 | 0,2 | 0,02 | 28,1 | 106 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 15 | 0,99 | 0,17 | 6,2 | 31 |
| 338/2011 | Фрукты свежие(мандарин) | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 |
| | Итого: | 595 | 22,49 | 25,9 | 93,78 | 651 |
| | | | | | | |
| | Обед | | | | | |
| 110/04 | Борщ с капустой и картофелем и сметаной | 250/3 | 1,83 | 4,9 | 11,75 | 99 |
| | | | 0,075 | 0,54 | 0,09 | 5,4 |
| 437/2004 | Гуляш из отв.свинины(окорок) | 50/50/23 | 15,71 | 27,73 | 3,79 | 327 |
| 177/2022 | с горошком консервированным | | 0,69 | 0 | 1,38 | 8,28 |
| 512/04 | Рис припущенный | 150 | 3,6 | 6 | 37 | 221 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 30 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 62 |
| | Итого: | 756 | 24,085 | 39,55 | 81,32 | 779,68 |
| | Всего за день | 1351 | 46,575 | 65,45 | 175,1 | 1430,68 |

| | | | | | | |
|----------|---------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| | Среда | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 340/04 | Омлет натуральный с маслом | 145/3 | 15 | 23 | 3 | 278 |
| 693/04 | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 119 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 33 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 58 |
| ТУ | Кондитерское изделие(пряник) | 2шт/120 | 7,32 | 7,68 | 89,64 | 427 |
| | Итого: | 501 | 27,9 | 34,81 | 120,49 | 882 |
| | Обед | | | | | |
| 132/04 | Рассольник ленинградский | 250/5 | 2,6 | 2,5 | 16,98 | 101 |
| | и сметаной | | 0,125 | 0,9 | 0,15 | 9 |
| 595/2022 | Наггетсы (4*25) | 90 | 8 | 5,9 | 9,9 | 143 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,1 | 9,15 | 34,2 | 245 |
| ТТК | Напиток чайный Ягодный | 200 | 0,2 | 0,05 | 12,1 | 46 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 40 | 2,64 | 0,44 | 16,4 | 82 |
| ТУ | Кондитерское изделие(печенье) | 40 | 3 | 6,4 | 28 | 180 |
| | Итого за обед | 775 | 21,665 | 25,34 | 117,73 | 806 |
| | Всего за день | | | | | |
| | Четверг | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 864/2022 | Блинчики | 150/20 | 6,24 | 21,59 | 43,68 | 383 |
| ГОСТ | с молоком сгущенным | | 1,5 | 0,04 | 11,36 | 52 |
| ТТК | Напиток из варенья (черная смородина) | 200 | 0 | 0 | 28,96 | 109 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| 338/2011 | Плоды свежие(груша) | 125 | 0,5 | 0,38 | 12,88 | 60 |
| | Итого: | 515 | 9,74 | 22,6 | 107,15 | 657 |
| | Обед | | | | | |
| ТТК | Суп рисовый по-восточному с фаршем | 250/10 | 4,36 | 7,14 | 12,91 | 130 |
| 499/04 | Котлета из филе цыпленка | 100/30 | 15,2 | 13,6 | 13,47 | 233 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 4,1 | 10,8 | 39,84 | 232 |
| 705/04 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0 | 23,6 | 94 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 35 | 2,31 | 0,39 | 14,35 | 72 |
| | Итого за обед | 775 | 26,67 | 33,44 | 106,01 | 783 |
| | Всего за день | 1290 | 36,41 | 56,04 | 213,16 | 1440 |
| | Пятница | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 366/04 | Запеканка из творога | 140/40 | 24,4 | 21,64 | 23 | 385 |
| 616/2004 | с соусом ягодным из смородины | | 0,02 | 0,008 | 5,06 | 20 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 26 | 1,88 | 0,74 | 12,83 | 68 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоки) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого: | 506 | 26,9 | 22,838 | 65,7 | 577 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|----------|-----------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| | Обед | | | | | |
| 124/04 | Щи из свежей капусты с картофелем | 250/5 | 1,8 | 4,98 | 8,13 | 85 |
| | со сметаной | | 0,125 | 0,9 | 0,15 | 9 |
| 451/04 | Котлета из свинины | | 13,29 | 30,69 | 16,32 | 391 |
| 553/22 | с соусом сметанным с томатом, | 100/30/20 | 0,84 | 3,24 | 2,34 | 24 |
| 199/2022 | с огурцом соленым | | 0,56 | 0 | 0,6 | 2,4 |
| 512/04 | Рис припущенный | 150 | 3,6 | 6 | 37 | 221 |
| 707/04 | Сок фруктовый | 200 | 0 | 0 | 20 | 90 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 30 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 62 |
| | Итого: | 785 | 22,195 | 46,14 | 96,84 | 884,4 |
| | Всего за день | 1291 | 49,095 | 68,978 | 162,54 | 1461,4 |
| | Вторая неделя | | | | | |
| | Понедельник | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 333/04 | Макароны с сыром | 150/15/13 | 8,58 | 13,58 | 34,2 | 299 |
| 177/2022 | с горошком консервированным | | 0,39 | 0 | 0,78 | 4,7 |
| 707/04 | Сок фруктовый | 200 | 0 | 0 | 20 | 90 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| ТУ | Кисло-молочный продукт | 200 | 5,6 | 6,4 | 19,4 | 158 |
| | Итого: | 609 | 16,07 | 20,57 | 84,65 | 604,7 |
| | Обед | | | | | |
| 139/04 | Суп картофельный с горохом | 250 | 7,5 | 3,25 | 17,25 | 128 |
| 492/2004 | Плов из цыпленка | 40/210 | 17,7 | 26,8 | 55,1 | 519 |
| ГТК | Напиток чайный Ягодный | 200 | 0,2 | 0,05 | 12,1 | 46 |
| ТУ | Хлеб гречишный | 23 | 1,52 | 0,27 | 9,55 | 47 |
| ТУ | Кондитерское изделие(печенье) | 20 | 1,68 | 1,72 | 13,8 | 78 |
| | Итого за обед | 743 | 28,6 | 32,09 | 107,8 | 818 |
| | Всего за день | 1352 | 44,67 | 52,66 | 192,45 | 1422,7 |
| | Вторник | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 451/04 | Котлета мясная | 100/30 | 13,29 | 30,69 | 16,32 | 391 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 512/04 | Рис припущенный | 150 | 3,6 | 6 | 37 | 221 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| 338/2011 | Плоды свежие(груша) | 134 | 0,54 | 0,4 | 13,8 | 65 |
| | Итого : | 634 | 19,43 | 39,24 | 94,24 | 809 |
| | Обед | | | | | |
| 110/04 | Борщ с капустой и картофелем, | 250/5 | 1,83 | 4,9 | 11,75 | 99 |
| | со сметаной | | 0,125 | 0,9 | 0,15 | 9 |
| 499/04 | Биточек куриный | | 15,2 | 13,6 | 13,47 | 233 |
| 595/04 | с соусом молочным | 100/30/11 | 0,62 | 1,58 | 2,13 | 25 |
| 199/2022 | с огурцом соленым | | 0,31 | 0 | 0,33 | 1,32 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 4,1 | 10,8 | 39,84 | 232 |
| 638/04 | Компот из кураги | 200 | 1,04 | 0,06 | 30,16 | 118 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 30 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 62 |

| | | | | | | |
|----------|---------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| | Среда | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 340/04 | Омлет натуральный с маслом | 145/3 | 15 | 23 | 3 | 278 |
| 693/04 | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 119 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 33 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 58 |
| ТУ | Кондитерское изделие(пряник) | 2шт/120 | 7,32 | 7,68 | 89,64 | 427 |
| | Итого: | 501 | 27,9 | 34,81 | 120,49 | 882 |
| | Обед | | | | | |
| 132/04 | Рассольник ленинградский | 250/5 | 2,6 | 2,5 | 16,98 | 101 |
| | и сметаной | | 0,125 | 0,9 | 0,15 | 9 |
| 595/2022 | Наггетсы (4*25) | 90 | 8 | 5,9 | 9,9 | 143 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,1 | 9,15 | 34,2 | 245 |
| ТТК | Напиток чайный Ягодный | 200 | 0,2 | 0,05 | 12,1 | 46 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 40 | 2,64 | 0,44 | 16,4 | 82 |
| ТУ | Кондитерское изделие(печенье) | 40 | 3 | 6,4 | 28 | 180 |
| | Итого за обед | 775 | 21,665 | 25,34 | 117,73 | 806 |
| | Всего за день | | | | | |
| | Четверг | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 864/2022 | Блинчики | 150/20 | 6,24 | 21,59 | 43,68 | 383 |
| ГОСТ | с молоком сгущенным | | 1,5 | 0,04 | 11,36 | 52 |
| ТТК | Напиток из варенья (черная смородина) | 200 | 0 | 0 | 28,96 | 109 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,59 | 10,27 | 53 |
| 338/2011 | Плоды свежие(груша) | 125 | 0,5 | 0,38 | 12,88 | 60 |
| | Итого: | 515 | 9,74 | 22,6 | 107,15 | 657 |
| | Обед | | | | | |
| ТТК | Суп рисовый по-восточному с фаршем | 250/10 | 4,36 | 7,14 | 12,91 | 130 |
| 499/04 | Котлета из филе цыпленка | 100/30 | 15,2 | 13,6 | 13,47 | 233 |
| 587/04 | с соусом томатным | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 4,1 | 10,8 | 39,84 | 232 |
| 705/04 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0 | 23,6 | 94 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 35 | 2,31 | 0,39 | 14,35 | 72 |
| | Итого за обед | 775 | 26,67 | 33,44 | 106,01 | 783 |
| | Всего за день | 1290 | 36,41 | 56,04 | 213,16 | 1440 |
| | Пятница | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 366/04 | Залеканка из творога | 140/40 | 24,4 | 21,64 | 23 | 385 |
| 616/2004 | с соусом ягодным из смородины | | 0,02 | 0,008 | 5,06 | 20 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 26 | 1,88 | 0,74 | 12,83 | 68 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоки) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого: | 506 | 26,9 | 22,838 | 65,7 | 577 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | | |
|----------|--|------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | Итого за обед | | 776 | 25,205 | 32,17 | 110,13 | 779,32 |
| | Всего за день | | 1410 | 44,635 | 71,41 | 204,37 | 1588,32 |
| | Среда | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| ГТК | Зразы ленивые мясные(св) | | | 11,8 | 28,51 | 15,65 | 362 |
| 601/04 | с соусом сметанным с томатом | 100/30/19 | | 0,84 | 3,24 | 2,34 | 24 |
| 177/2022 | с горошком консервированным | | | 0,45 | 0,075 | 1,1 | 8 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | | 150 | 4,1 | 10,8 | 39,84 | 232 |
| 705/04 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0 | 23,6 | 94 | |
| ГОСТ | Хлеб гречишный | 27 | 2,64 | 0,46 | 16,6 | 55 | |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | |
| | Итого : | | 623 | 20,63 | 43,485 | 108,93 | 822 |
| | Обед | | | | | | |
| 134/04 | Суп крестьянский с крупой(перловой и сметаной) | 250/5 | | 2,7 | 2,78 | 14,58 | 91 |
| | | | | 0,125 | 0,9 | 0,15 | 9 |
| 311/216 | Гуляш из мяса птицы | 50/50 | | 15,5 | 17,5 | 3,4 | 233 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 5,1 | 9,15 | 34,2 | 245 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 18 | | 1,19 | 0,2 | 7,38 | 37 |
| ГОСТ | Кондитерское изделие(вафля) | 25 | | 1 | 7,5 | 15 | 133 |
| | Итого за обед | | 748 | 25,815 | 38,08 | 89,72 | 805 |
| | Всего за день | | 1371 | 46,445 | 81,565 | 198,65 | 1627 |
| | Четверг | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 366/04 | Запеканка из творога | 140/40 | | 24,4 | 21,64 | 23 | 385 |
| 616/2004 | с соусом ягодным из смородины | | | 0,02 | 0,008 | 5,06 | 20 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Батон нарезной | 26 | | 1,88 | 0,74 | 12,83 | 68 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоки) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого: | | 506 | 26,9 | 22,838 | 65,7 | 577 |
| | Обед | | | | | | |
| 158/2004 | Солянка из птицы со сметаной | 12,5/250/5 | | 6,5 | 8,5 | 3,15 | 114 |
| 451/04 | Котлета мясная | 100/30 | | 13,29 | 30,69 | 16,32 | 391 |
| 587/04 | с соусом томатным | | | 0,3 | 1,51 | 1,84 | 22 |
| 512/04 | Рис припущенный | 150 | | 3,6 | 6 | 37 | 221 |
| ТТК | Чай с сахаром и яблоками | 200/15/10 | | 0,24 | 0,05 | 16 | 62 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 34 | | 2,16 | 0,35 | 13,53 | 70 |
| | Итого за обед | | 791,5 | 26,09 | 47,1 | 87,84 | 880 |
| | Всего за день | | 1297,5 | 52,99 | 69,938 | 153,54 | 1457 |
| | Пятница | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 897/2022 | Пельмени с маслом сливочным | 180/4 | | 10,85 | 24,5 | 37,84 | 406 |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 |
| ГОСТ | Хлеб гречишный | 28 | | 1,85 | 0,32 | 11,63 | 57 |
| 338/2011 | Плоды свежие(яблоко) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| ТУ,ГОСТ | Кондитерское изделие(Печенье) | 22 | | 1,92 | 10,2 | 18 | 125 |
| | Итого: | | 541 | 15,28 | 35,47 | 92,49 | 694 |

| | Обед | | | | | |
|----------|--------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК | Бульон с курицей и гренками | 250/12,5/8 | 6,7 | 6,4 | 8,4 | 116 |
| ТТК | Картофель тушеный с мясом(св) | 250/30 | 15,59 | 26,51 | 42,66 | 461 |
| 199/2022 | с огурцом соленым | | 0,84 | 0 | 0,9 | 3,6 |
| 631/2004 | Компот из яблок и груши | 200 | 0,16 | 0 | 28,4 | 107 |
| ГОСТ | Хлеб дарницкий | 36 | 2,38 | 0,4 | 14,76 | 74 |
| ТУ,ГОСТ | Кондитерское изделие(Печенье) | 22 | 1,92 | 10,2 | 18 | 125 |
| | Итого за обед | 808,5 | 27,59 | 43,51 | 113,12 | 886,6 |
| | Всего за день | 1349,5 | 42,87 | 78,98 | 205,61 | 1580,6 |
| | | | | | | |