

СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР МНУ "СМН №3"

Лилия Васильевна

Михайлов

(подпись)

"20" августа 2024 год



УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР СМУП ИИТ «Восторг»

Жукова Галина Ивановна

(подпись)

"20" августа 2024 год



## Примерное двухнедельное меню горячего питания для обучающихся 1-11 классов в общеобразовательных учреждениях г. Сыктывкара.

(МАОУ СОШ № 1, 4, 7, 12, 16, 18, 21, 24, 25, 26, 33, 35, 36, 38, 43, МОУ СОШ № 3, 9, 11, 15,  
МОУ ООШ № 8, МОУ НОШ № 6, МАОУ «Русская гимназия», МОУ КНП)

(с 01 сентября 2024 года)

| НАИМЕНОВАНИЕ                                                   | ПОНЕДЕЛЬНИК |           |          |              |        |           |           |          |              |         | № ТК         | № ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР |
|----------------------------------------------------------------|-------------|-----------|----------|--------------|--------|-----------|-----------|----------|--------------|---------|--------------|------------------------|
|                                                                | 7-11 лет    |           |          |              |        | 12+ лет   |           |          |              |         |              |                        |
|                                                                | ВЫХОД, гр   | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | КАКАО  | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | КАКАО   |              |                        |
| Каша молочная рисовая                                          | 205         | 5,96      | 8,25     | 42,89        | 261    | 250       | 7,2       | 13,02    | 51,54        | 352,8   | 100/4; 100/5 | ТТК № 100              |
| Сыр порциями                                                   | 20          | 4,64      | 5,9      | 0            | 72     | 30        | 6,96      | 8,85     | 0            | 108     | 25/2         | Москва 1994 таб. № 25  |
| Батон нарезной                                                 | 60          | 5,7       | 1,8      | 31,2         | 159    | 60        | 5,7       | 1,8      | 31,2         | 159     | 266/2        | ТТК №266               |
| Чай с сахаром                                                  | 215         | 0,07      | 0,02     | 15           | 60     | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60      | 685/1        | Москва 2004 № 685      |
| ИТОГО                                                          | 500         | 16,37     | 15,97    | 89,09        | 552    | 555       | 19,93     | 23,69    | 97,74        | 679,8   |              |                        |
| ОБЕД                                                           |             |           |          |              |        |           |           |          |              |         |              |                        |
| Щи из свежей капусты с картофелем                              | 200         | 1,2       | 5,2      | 8,5          | 77,01  | 260       | 1,51      | 6,69     | 7,99         | 94,43   | 106/3; 106/2 | ТТК № 106              |
| Шницель "Нежный"                                               | 90          | 14,68     | 9,98     | 11,03        | 180,7  | 100       | 16,31     | 10,53    | 12,26        | 200,78  | 352/1        | ТТК № 352              |
| Масло сливочное (на полив)                                     | 5           | 0,04      | 3,6      | 0,06         | 33     | 5         | 0,04      | 3,6      | 0,06         | 33      | 14/3         | Москва 2011 № 14       |
| Картофельное пюре                                              | 150         | 3,06      | 4,8      | 20,44        | 137,25 | 180       | 3,67      | 5,76     | 24,53        | 164,7   | 312/1        | Москва 2011 № 312      |
| Овощи свежие порциями (помидор свежий в нарезку)               | 60          | 0,66      | 0,12     | 2,28         | 13,2   | 100       | 1,1       | 0,2      | 3,8          | 22      | 71/4         | ТТК № 71               |
| Компот из компотной смеси                                      | 200         | 0,15      | 0,06     | 20,65        | 82,9   | 200       | 0,15      | 0,06     | 20,65        | 82,9    | 113/1        | ТТК № 113              |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                                      | 40          | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85     | 50        | 3,3       | 0,5      | 21,5         | 106,3   | 11, 11/2     | ТТК № 10               |
| Хлеб "Городской" порциями                                      | 40          | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100    | 50        | 4         | 0,5      | 25,5         | 125     | 11, 11/2     | ТТК № 11               |
| ИТОГО                                                          | 785         | 25,59     | 24,56    | 100,56       | 709,06 | 945       | 30,08     | 27,84    | 116,29       | 829,11  |              |                        |
| ПОЛДНИК                                                        |             |           |          |              |        |           |           |          |              |         |              |                        |
| Булочка "Ромашка" (с вареным студеным молоком)                 | 100         | 8,71      | 9,68     | 58,08        | 361,74 | 100       | 8,71      | 9,68     | 58,08        | 361,74  | 254/1        | ТТК № 254              |
| Фрукты свежие порциями                                         | 100         | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47     | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 338/2        | Москва 2011 № 338      |
| Чай с сахаром и лимоном                                        | 222         | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62     | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 686/1        | Москва 2004 № 686      |
| ИТОГО                                                          | 422         | 9,24      | 10,1     | 83,08        | 470,74 | 422       | 9,24      | 10,1     | 83,08        | 470,74  |              |                        |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                                     | 1707        | 51,2      | 50,63    | 272,73       | 1731,8 | 1922      | 59,25     | 61,63    | 297,11       | 1979,65 |              |                        |
| ВТОРНИК                                                        |             |           |          |              |        |           |           |          |              |         |              |                        |
| НАИМЕНОВАНИЕ                                                   | 7-11 лет    |           |          |              |        | 12+ лет   |           |          |              |         | № ТК         | № ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР |
|                                                                | ВЫХОД, гр   | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | КАКАО  | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | КАКАО   |              |                        |
| Запеканка из творога с черной смородиной и студеным молоком    | 150         | 14,53     | 14,5     | 50,53        | 387,3  | 200       | 19,02     | 17,92    | 70,08        | 525,12  | 425/6        | ТТК № 425              |
| Батон нарезной                                                 | 30          | 2,85      | 0,9      | 15,6         | 79,5   | 30        | 2,85      | 0,9      | 15,6         | 79,5    | 266/2        | ТТК №266               |
| Фрукты свежие порциями                                         | 100         | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47     | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 338/2        | Москва 2011 № 338      |
| Чай с сахаром и лимоном                                        | 222         | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62     | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 686/1        | Москва 2004 № 686      |
| ИТОГО                                                          | 502         | 17,91     | 15,82    | 91,13        | 575,8  | 552       | 22,4      | 19,24    | 110,68       | 713,62  |              |                        |
| ОБЕД                                                           |             |           |          |              |        |           |           |          |              |         |              |                        |
| Рассольник Ленинградский                                       | 200         | 1,4       | 5,2      | 10,31        | 94,8   | 260       | 1,77      | 6,45     | 13,65        | 120,98  | 104/5; 104/4 | ТТК № 104              |
| Медальоны из рыбы                                              | 90          | 10,6      | 12,6     | 9,06         | 207,09 | 100       | 11,63     | 14,08    | 10,08        | 230,1   | 42/5         | ТТК № 42               |
| Макаронные изделия отварные (спагетти)                         | 150         | 5,52      | 4,51     | 26,45        | 168,45 | 180       | 6,62      | 5,42     | 31,73        | 202,14  | 114/1        | ТТК № 114              |
| Овощи свежие порциями (капуста белокочанная со свежим огурцом) | 60          | 0,9       | 3,05     | 2,5          | 41,31  | 100       | 1,56      | 5,09     | 4,18         | 68,85   | 268/1        | ТТК № 268              |
| Компот из кураги                                               | 200         | 0,76      | 0,04     | 20,22        | 85,51  | 200       | 0,76      | 0,04     | 20,22        | 85,51   | 93/1         | ТТК № 93               |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                                      | 40          | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85     | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85      | 11, 11/2     | ТТК № 10               |
| Хлеб "Городской" порциями                                      | 40          | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100    | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100     | 11, 11/2     | ТТК № 11               |
| ИТОГО                                                          | 780         | 24,98     | 26,2     | 106,14       | 782,16 | 920       | 28,14     | 31,88    | 117,46       | 892,58  |              |                        |
| ПОЛДНИК                                                        |             |           |          |              |        |           |           |          |              |         |              |                        |
| Сметанник                                                      | 100         | 8,64      | 9,85     | 45,53        | 292,98 | 100       | 8,64      | 9,85     | 45,53        | 292,98  | 59/1         | ТТК № 59               |
| Фрукты свежие порциями                                         | 100         | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47     | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 338/2        | Москва 2011 № 338      |
| Чай с сахаром                                                  | 215         | 0,07      | 0,02     | 15           | 60     | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60      | 685/1        | Москва 2004 № 685      |

|                                                 |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
|-------------------------------------------------|-----------|-----------|----------|--------------|---------|-----------|-----------|----------|--------------|---------|------------------------|---------------------|
| ИТОГО                                           | 415       | 9,11      | 10,27    | 70,33        | 399,98  | 415       | 9,11      | 10,27    | 70,33        | 399,98  |                        |                     |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                      | 1697      | 52        | 52,29    | 267,6        | 1757,94 | 1887      | 59,65     | 61,39    | 298,47       | 2006,18 |                        |                     |
| СРЕДА                                           |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| НАИМЕНОВАНИЕ                                    |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| Виточки из мяса птицы "Сливочные"               | 7-11 лет  |           |          |              | ЗАВТРАК | 12+ лет   |           |          |              | № ТК    | № ПО СПОРНИКУ РЕЦЕПТУР |                     |
|                                                 | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр |         | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр |         |                        |                     |
| Картофельное пюре                               | 90        | 15,9      | 11,4     | 10,4         | 207,9   | 100       | 17,7      | 12,06    | 11,6         | 231     | 263/2                  | ТТК № 263           |
| Хлеб "Городской" порциями                       | 150       | 3,06      | 4,8      | 20,44        | 137,25  | 180       | 3,67      | 5,76     | 24,53        | 164,7   | 312/1                  | Москва 2011 № 312   |
| Чай с сахаром                                   | 50        | 4         | 0,5      | 25,5         | 125     | 60        | 4,8       | 0,6      | 30,6         | 150     | 11/2                   | ТТК № 11            |
| ИТОГО                                           | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60      | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60      | 685/1                  | Москва 2004 № 685   |
| ИТОГО                                           | 505       | 23,03     | 16,72    | 71,34        | 530,15  | 555       | 26,24     | 18,44    | 81,73        | 605,7   |                        |                     |
| ОБЕД                                            |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| Борщ из свежей капусты с картофелем             | 200       | 1,38      | 5,2      | 8,92         | 88,2    | 260       | 1,74      | 6,83     | 11,16        | 111,14  | 107/3; 107/2           | ТТК № 107           |
| Плов из свинины                                 | 250       | 18,64     | 15,04    | 54,74        | 425,32  | 250       | 18,64     | 15,04    | 54,74        | 425,32  | 124/2                  | ТТК № 124           |
| Овощи свежие порциями (морковь, свекла)         | 60        | 0,72      | 5,05     | 3,8          | 62,6    | 100       | 1,2       | 8,41     | 6,3          | 104,3   | 269                    | ТТК № 269           |
| Компот из черной смородины                      | 200       | 0         | 0        | 19,97        | 76      | 200       | 0         | 0        | 19,97        | 76      | 89/2                   | ТТК № 89            |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                       | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85      | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85      | 11, 11/2               | ТТК № 10            |
| Хлеб "Городской" порциями                       | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100     | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100     | 11, 11/2               | ТТК № 11            |
| ИТОГО                                           | 790       | 26,54     | 26,09    | 125,03       | 837,12  | 890       | 27,38     | 31,08    | 129,77       | 901,76  |                        |                     |
| ПОЛДНИК                                         |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| Кекс "Творожный" (нарезной)                     | 80        | 9,54      | 11,9     | 40,9         | 300,8   | 80        | 9,54      | 11,9     | 40,9         | 300,8   | 447/2                  | Москва 2011 № 447   |
| Фрукты свежие порциями                          | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 338/2                  | Москва 2011 № 338   |
| Чай с сахаром и лимоном                         | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 686/1                  | Москва 2004 № 686   |
| ИТОГО                                           | 402       | 10,07     | 12,32    | 65,9         | 409,8   | 402       | 10,07     | 12,32    | 65,9         | 409,8   |                        |                     |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                      | 1697      | 59,64     | 55,13    | 262,27       | 1777,07 | 1847      | 63,69     | 61,84    | 277,4        | 1917,26 |                        |                     |
| ЧЕТВЕРГ                                         |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| НАИМЕНОВАНИЕ                                    |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
|                                                 | 7-11 лет  |           |          |              | ЗАВТРАК | 12+ лет   |           |          |              | № ТК    | № ПО СПОРНИКУ РЕЦЕПТУР |                     |
|                                                 | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр |         | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр |         |                        |                     |
| Макароны отварные с сыром                       | 220       | 14,88     | 17,51    | 37,52        | 367,84  | 250       | 16,91     | 19,9     | 43,64        | 418     | 204/3; 204/4           | Москва 2011 № 204   |
| Овощи свежие порциями (помидор свежий в нарезе) | 60        | 0,66      | 0,12     | 2,28         | 13,2    | 60        | 0,66      | 0,12     | 2,28         | 13,2    | 71/4                   | ТТК № 71            |
| Батон нарезной                                  | 30        | 2,85      | 0,9      | 15,6         | 79,5    | 30        | 2,85      | 0,9      | 15,6         | 79,5    | 266/2                  | ТТК № 266           |
| Чай с сахаром и лимоном                         | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 686/1                  | Москва 2004 № 686   |
| ИТОГО                                           | 532       | 18,52     | 18,55    | 70,6         | 522,54  | 562       | 20,55     | 20,94    | 76,72        | 572,7   |                        |                     |
| ОБЕД                                            |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| Суп картофельный с горохом                      | 200       | 4,4       | 4,2      | 13,2         | 118,6   | 250       | 5,49      | 5,27     | 16,54        | 148,25  | 102/4                  | Москва 2011 № 102   |
| Мясо с овощами "Болоньез"                       | 90        | 11,52     | 13       | 4,05         | 189,6   | 100       | 12,81     | 14,46    | 4,5          | 210,7   | 35/2                   | ТТК № 35            |
| Каша гречневая рассыпчатая                      | 150       | 8,6       | 6,09     | 38,64        | 243,75  | 180       | 10,32     | 7,31     | 46,37        | 292,5   | 99/1                   | ТТК № 99            |
| Компот из яблок и вишни                         | 200       | 0,1       | 0,1      | 15,9         | 65      | 200       | 0,1       | 0,1      | 15,9         | 65      | 492                    | Перевь 2018 № 492   |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                       | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85      | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85      | 11                     | ТТК № 10            |
| Хлеб "Городской" порциями                       | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100     | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100     | 11                     | ТТК № 11            |
| ИТОГО                                           | 720       | 30,42     | 24,19    | 109,39       | 801,95  | 810       | 34,52     | 27,94    | 120,91       | 901,45  |                        |                     |
| ПОЛДНИК                                         |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| Шанлы с картофелем                              | 100       | 8,5       | 8,85     | 38,88        | 244,8   | 100       | 8,5       | 8,85     | 38,88        | 244,8   | 15/3                   | Сыктывкар 1990 № 15 |
| Фрукты свежие порциями                          | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 338/2                  | Москва 2011 № 338   |
| Чай с сахаром и лимоном                         | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 686/1                  | Москва 2004 № 686   |
| ИТОГО                                           | 422       | 9,03      | 9,27     | 63,88        | 353,8   | 422       | 9,03      | 9,27     | 63,88        | 353,8   |                        |                     |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                      | 1674      | 57,97     | 52,01    | 243,87       | 1678,29 | 1794      | 64,1      | 58,15    | 261,51       | 1827,95 |                        |                     |
| ПЯТНИЦА                                         |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| 7-11 лет                                        |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| 12+ лет                                         |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| № ТК                                            |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |
| № ПО СПОРНИКУ РЕЦЕПТУР                          |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |                        |                     |

УЧАСТНИК

№ ТК

№ ПО СПОРНИКУ РЕЦЕПТУР

| №                                               | НАИМЕНОВАНИЕ                                         | ЗАВТРАК   |           |          |              | ОБЕД      |           |           |              | ПОЛДНИК   |                        |              |                       | № ТК | № ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------|-----------|----------|--------------|-----------|-----------|-----------|--------------|-----------|------------------------|--------------|-----------------------|------|------------------------|
|                                                 |                                                      | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр  | Углеводы, гр | ВЫХОД, гр | Белки, гр              | Жиры, гр     | Углеводы, гр          |      |                        |
|                                                 |                                                      |           |           |          |              |           |           |           |              |           |                        |              |                       |      |                        |
| 1                                               | Каша молочная пшеничная                              | 205       | 8,6       | 8,16     | 44,26        | 279       | 250       | 10,34     | 13,27        | 53,18     | 374,4                  | 102/4, 102/5 | ТТК №102              |      |                        |
|                                                 | Сыр порцирми                                         | 20        | 4,64      | 5,9      | 0            | 72        | 30        | 6,96      | 8,85         | 0         | 108                    | 25/2         | Москва 1994 таб. № 25 |      |                        |
|                                                 | Батон нарезной                                       | 60        | 5,7       | 1,8      | 31,2         | 159       | 60        | 5,7       | 1,8          | 31,2      | 159                    | 266/2        | ТТК №266              |      |                        |
|                                                 | Чай с сахаром                                        | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60        | 215       | 0,07      | 0,02         | 15        | 60                     | 685/1        | Москва 2004 № 685     |      |                        |
|                                                 | ИТОГО                                                | 500       | 19,01     | 15,88    | 90,46        | 570       | 555       | 23,07     | 23,94        | 99,38     | 701,4                  |              |                       |      |                        |
| ОБЕД                                            |                                                      |           |           |          |              |           |           |           |              |           |                        |              |                       |      |                        |
|                                                 | Суп карпатофилный с макаронными изделиями            | 200       | 1,62      | 2,19     | 12,81        | 77,13     | 250       | 2,03      | 2,74         | 16,27     | 96,41                  | 105/2        | ТТК № 105             |      |                        |
|                                                 | Ежик мясные                                          | 90        | 11,8      | 13,7     | 11,3         | 233,6     | 100       | 13,1      | 15,2         | 12,5      | 259,6                  | 157/13       | Москва 2003 № 157     |      |                        |
|                                                 | Картофельное пюре                                    | 150       | 3,06      | 4,8      | 20,44        | 137,25    | 180       | 3,67      | 5,76         | 24,53     | 164,7                  | 312/1        | Москва 2011 № 312     |      |                        |
|                                                 | Овощи порцирми (капусту кашеная со свеклой отварной) | 60        | 0,99      | 5,03     | 3,7          | 61,45     | 100       | 1,62      | 10,05        | 5,88      | 116,1                  | 306          | ТТК № 306             |      |                        |
|                                                 | Хлеб "Дарницкий" порцирми                            | 200       | 0,15      | 0,06     | 20,65        | 82,9      | 200       | 0,15      | 0,06         | 20,65     | 82,9                   | 113/1        | ТТК № 113             |      |                        |
|                                                 | Хлеб "Дарницкий" порцирми                            | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85        | 50        | 3,3       | 0,5          | 21,5      | 106,3                  | 11, 11/2     | ТТК № 10              |      |                        |
|                                                 | Хлеб "Городской" порцирми                            | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100       | 50        | 4         | 0,5          | 25,5      | 125                    | 11, 11/2     | ТТК № 11              |      |                        |
|                                                 | ИТОГО                                                | 780       | 23,42     | 26,58    | 106,5        | 777,33    | 930       | 27,87     | 34,81        | 126,83    | 951,01                 |              |                       |      |                        |
| ПОЛДНИК                                         |                                                      |           |           |          |              |           |           |           |              |           |                        |              |                       |      |                        |
|                                                 | Хачапури с сыром                                     | 80        | 10,2      | 11,3     | 30,1         | 266,4     | 80        | 10,2      | 11,3         | 30,1      | 266,4                  | 11/6         | Сыктывкар 1990 № 11   |      |                        |
|                                                 | Фрукты свежие порцирми                               | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47        | 100       | 0,4       | 0,4          | 9,8       | 47                     | 338/2        | Москва 2011 № 338     |      |                        |
|                                                 | Чай с сахаром и лимоном                              | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62        | 222       | 0,13      | 0,02         | 15,2      | 62                     | 686/1        | Москва 2004 № 686     |      |                        |
|                                                 | ИТОГО                                                | 402       | 10,73     | 11,72    | 55,1         | 375,4     | 402       | 10,73     | 11,72        | 55,1      | 375,4                  |              |                       |      |                        |
|                                                 | ОБЩИЙ ИТОГ                                           | 1682      | 53,16     | 54,18    | 252,06       | 1722,73   | 1887      | 61,67     | 70,47        | 281,31    | 2027,81                |              |                       |      |                        |
| СУББОТА                                         |                                                      |           |           |          |              |           |           |           |              |           |                        |              |                       |      |                        |
| НАИМЕНОВАНИЕ                                    |                                                      | 7-11 лет  |           |          |              | 12+ лет   |           |           |              | № ТК      | № ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР |              |                       |      |                        |
|                                                 |                                                      | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЗАВТРАК   | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр     |           |                        | Углеводы, гр | КАЛ                   |      |                        |
| Котлета рыбная                                  |                                                      | 90        | 11        | 6,98     | 13,1         | 159,84    | 100       | 11        | 6,98         | 13,1      | 159,84                 | 234/2        | Москва 2011 № 234     |      |                        |
| Ранг из овощей                                  |                                                      | 150       | 2,6       | 11,8     | 13,81        | 163,5     | 180       | 3,1       | 13,3         | 18,37     | 196,2                  | 541/1        | Москва 2004 № 541/3   |      |                        |
| Хлеб "Городской" порцирми                       |                                                      | 50        | 4         | 0,5      | 25,5         | 125       | 60        | 4,8       | 0,6          | 30,6      | 150                    | 11/2         | ТТК № 11              |      |                        |
| Чай с сахаром и лимоном                         |                                                      | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62        | 222       | 0,13      | 0,02         | 15,2      | 62                     | 686/1        | Москва 2004 № 686     |      |                        |
| ИТОГО                                           |                                                      | 512       | 17,73     | 19,3     | 67,61        | 510,34    | 562       | 19,03     | 20,9         | 77,27     | 568,04                 |              |                       |      |                        |
| ОБЕД                                            |                                                      |           |           |          |              |           |           |           |              |           |                        |              |                       |      |                        |
| Суп из овощей                                   |                                                      | 200       | 1,56      | 5,2      | 8,6          | 87,89     | 260       | 1,84      | 6,49         | 9,5       | 111,25                 | 99/3,99/2    | Москва 2011 № 99      |      |                        |
| Фриядельи мясные "Востор"                       |                                                      | 90        | 13,9      | 10,4     | 12,1         | 198       | 100       | 15,4      | 11,6         | 13,4      | 220                    | 142/10       | ТТК №142/1            |      |                        |
| Масло сливочное (на полив)                      |                                                      | 5         | 0,04      | 3,6      | 0,06         | 33        | 5         | 0,04      | 3,6          | 0,06      | 33                     | 14/3         | Москва 2011 № 14      |      |                        |
| Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы) |                                                      | 150       | 3,65      | 5,37     | 36,68        | 209,7     | 180       | 4,38      | 6,44         | 44,02     | 251,64                 | 110/2        | ТТК 110/1             |      |                        |
| Овощи свежие порцирми (огурец свежий в нарезку) |                                                      | 60        | 0,42      | 0,06     | 1,14         | 7,2       | 100       | 0,7       | 0,1          | 1,9       | 12                     | 71/5         | ТТК № 71              |      |                        |
| Компот из изюма                                 |                                                      | 200       | 0,33      | 0        | 22,78        | 94,44     | 200       | 0,33      | 0            | 22,78     | 94,44                  | 91/1         | ТТК № 91              |      |                        |
| Хлеб "Дарницкий" порцирми                       |                                                      | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85        | 40        | 2,6       | 0,4          | 17,2      | 85                     | 11, 11/2     | ТТК № 10              |      |                        |
| Хлеб "Городской" порцирми                       |                                                      | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100       | 40        | 3,2       | 0,4          | 20,4      | 100                    | 11, 11/2     | ТТК № 11              |      |                        |
| ИТОГО                                           |                                                      | 785       | 25,7      | 25,43    | 118,96       | 815,23    | 925       | 28,49     | 29,03        | 129,26    | 907,33                 |              |                       |      |                        |
| ПОЛДНИК                                         |                                                      |           |           |          |              |           |           |           |              |           |                        |              |                       |      |                        |
| Шанежка наливная с яблком                       |                                                      | 100       | 8,38      | 10,37    | 42,19        | 209,84    | 100       | 8,38      | 10,37        | 42,19     | 209,84                 | 693/2        | Москва 1994 № 693     |      |                        |
| Фрукты свежие порцирми                          |                                                      | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47        | 100       | 0,4       | 0,4          | 9,8       | 47                     | 338/2        | Москва 2011 № 338     |      |                        |
| Чай с сахаром и лимоном                         |                                                      | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62        | 222       | 0,13      | 0,02         | 15,2      | 62                     | 686/1        | Москва 2004 № 686     |      |                        |
| ИТОГО                                           |                                                      | 422       | 8,91      | 10,79    | 67,19        | 318,84    | 422       | 8,91      | 10,79        | 67,19     | 318,84                 |              |                       |      |                        |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                      |                                                      | 1719      | 52,34     | 55,52    | 233,76       | 1644,41   | 1909      | 56,43     | 60,72        | 273,72    | 1794,21                |              |                       |      |                        |
| 2 неделя                                        |                                                      |           |           |          |              |           |           |           |              |           |                        |              |                       |      |                        |
| ПОНЕДЕЛЬНИК                                     |                                                      |           |           |          |              |           |           |           |              |           |                        |              |                       |      |                        |

| 7-11 лет                                           |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              | 12+ лет |  |  |  |  | № ПК | № ПО СПОРНИКУ РЕЦЕПТУР |
|----------------------------------------------------|-----------|----------|--------------|--------|-----------|-----------|----------|--------------|--------|---------|------------------------|------------------------------|---------|--|--|--|--|------|------------------------|
| ВЫХОД, гр                                          | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | КАКАО  | ВЫХОД, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | КАКАО  | № ПК    | № ПО СПОРНИКУ РЕЦЕПТУР |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| НАИМЕНОВАНИЕ                                       |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Каша молочная пшеничная                            |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Сыр порциями                                       | 205       | 5,93     | 6,2          | 34,39  | 217,74    | 250       | 7,15     | 10,33        | 41,5   | 287,2   | 112/1                  | ТТК № 112                    |         |  |  |  |  |      |                        |
| Багет нарезаной                                    | 30        | 6,96     | 8,85         | 0      | 108       | 30        | 6,96     | 8,85         | 0      | 108     | 25/2                   | Москва 1994 таб. № 25        |         |  |  |  |  |      |                        |
| Чай с сахаром                                      | 50        | 4,75     | 1,5          | 26     | 132,5     | 60        | 5,7      | 1,8          | 31,2   | 159     | 266/2                  | ТТК №266                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| ИТОГО                                              | 215       | 0,07     | 0,02         | 15     | 60        | 215       | 0,07     | 0,02         | 15     | 60      | 685/1                  | Москва 2004 № 685            |         |  |  |  |  |      |                        |
| Суп картофельный с макаронными изделиями           |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Котлета "Киевская"                                 | 200       | 1,62     | 2,5          | 12,81  | 77,13     | 250       | 2,03     | 2,74         | 16,27  | 96,41   | 105/2                  | ТТК № 105                    |         |  |  |  |  |      |                        |
| Сложный гарнир (картофельное пюре/капуста тушеная) | 90        | 11,1     | 14,3         | 10,2   | 215,87    | 100       | 12,3     | 15,8         | 11,3   | 239,86  | 169/3                  | Москва 2003 № 169            |         |  |  |  |  |      |                        |
| Овощи свежие порциями (помидор свежий в нарезку)   | 150       | 3,08     | 5,82         | 18,32  | 129,1     | 180       | 3,7      | 7,79         | 21,14  | 151,6   | 320/1                  | Москва 2011 № 280, ТТК № 109 |         |  |  |  |  |      |                        |
| Компот из свежих яблок с лимоном                   | 60        | 0,66     | 0,12         | 2,28   | 13,2      | 100       | 1,1      | 0,2          | 3,8    | 22      | 71/4                   | ТТК № 71                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                          | 200       | 0,14     | 0,11         | 21,52  | 87,59     | 200       | 0,14     | 0,11         | 21,52  | 87,59   | 98/1                   | ТТК № 98                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| Хлеб "Городской" порциями                          | 50        | 3,3      | 0,5          | 21,5   | 106,3     | 60        | 4        | 0,6          | 25,8   | 127,6   | 111/2                  | ТТК № 10                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| ИТОГО                                              | 800       | 23,9     | 23,85        | 112,13 | 754,19    | 950       | 28,07    | 27,84        | 130,43 | 875,06  | 111/2                  | ТТК № 11                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| Булочка "Ромашка" (с вареным грушевым молоком)     |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Фрукты свежие порциями                             | 100       | 8,71     | 9,68         | 58,08  | 361,74    | 100       | 8,71     | 9,68         | 58,08  | 361,74  | 254/1                  | ТТК № 254                    |         |  |  |  |  |      |                        |
| Чай с сахаром и лимоном                            | 100       | 0,4      | 0,4          | 9,8    | 47        | 100       | 0,4      | 0,4          | 9,8    | 47      | 338/2                  | Москва 2011 № 338            |         |  |  |  |  |      |                        |
| ИТОГО                                              | 222       | 0,13     | 0,02         | 15,2   | 62        | 222       | 0,13     | 0,02         | 15,2   | 62      | 686/1                  | Москва 2004 № 686            |         |  |  |  |  |      |                        |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                         |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
|                                                    | 1722      | 9,24     | 10,1         | 83,08  | 470,74    | 422       | 9,24     | 10,1         | 83,08  | 470,74  |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| НАИМЕНОВАНИЕ                                       |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| 7-11 лет                                           |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| 12+ лет                                            |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| ВЫХОД, гр                                          |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Белки, гр                                          |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Жиры, гр                                           |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Углеводы, гр                                       |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| КАКАО                                              |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| ВЫХОД, гр                                          |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Белки, гр                                          |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Жиры, гр                                           |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Углеводы, гр                                       |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| КАКАО                                              |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| № ПК                                               |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| № ПО СПОРНИКУ РЕЦЕПТУР                             |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Биточки мясные с сыром                             |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Макаронные изделия отварные (спагетти)             | 70        | 11,5     | 12,3         | 5,8    | 182,9     | 70        | 11,5     | 12,3         | 5,8    | 182,9   | 52/10                  | ТТК № 52                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| Овощи свежие порциями (огурец свежий в нарезку)    | 150       | 5,52     | 4,51         | 26,45  | 168,45    | 180       | 6,62     | 5,42         | 31,73  | 202,14  | 114/1                  | ТТК № 114                    |         |  |  |  |  |      |                        |
| Хлеб "Городской" порциями                          | 60        | 0,42     | 0,06         | 1,14   | 7,2       | 60        | 0,42     | 0,06         | 1,14   | 7,2     | 71/5                   | ТТК № 71                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| Чай с сахаром и лимоном                            | 40        | 3,2      | 0,4          | 20,4   | 100       | 60        | 4,8      | 0,6          | 30,6   | 150     | 11                     | ТТК № 11                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| ИТОГО                                              | 222       | 0,13     | 0,02         | 15,2   | 62        | 222       | 0,13     | 0,02         | 15,2   | 62      | 686/1                  | Москва 2004 № 686            |         |  |  |  |  |      |                        |
| Борщ из свежей капусты с картофелем                |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Птица в соусе с томатом                            | 200       | 1,38     | 5,2          | 8,92   | 88,2      | 260       | 1,74     | 6,33         | 11,16  | 111,14  | 107/3, 107/2           | ТТК № 107                    |         |  |  |  |  |      |                        |
| Каша речневая рассыпчатая                          | 90        | 12,69    | 13,77        | 2,88   | 185,31    | 100       | 14,1     | 15,3         | 3,2    | 205,9   | 367/8                  | Пермь 2018 № 367             |         |  |  |  |  |      |                        |
| Компот из черной смородины                         | 150       | 8,6      | 6,09         | 38,64  | 243,75    | 180       | 10,32    | 7,31         | 46,37  | 292,5   | 99/1                   | ТТК № 99                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                          | 200       | 0        | 0            | 19,97  | 76        | 200       | 0        | 0            | 19,97  | 76      | 89/2                   | ТТК № 89                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| Хлеб "Городской" порциями                          | 40        | 2,6      | 0,4          | 17,2   | 85        | 40        | 2,6      | 0,4          | 17,2   | 85      | 11, 11/2               | ТТК № 10                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| ИТОГО                                              | 720       | 28,47    | 25,86        | 108,01 | 778,26    | 820       | 31,96    | 29,74        | 118,3  | 870,54  |                        | ТТК № 11                     |         |  |  |  |  |      |                        |
| Птица "Болоньезе" (фарш мясной)                    |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| Фрукты свежие порциями                             | 100       | 12,03    | 12,3         | 27,3   | 266,3     | 100       | 12,03    | 12,3         | 27,3   | 266,3   | 430/2                  | ТТК № 430                    |         |  |  |  |  |      |                        |
| Чай с сахаром                                      | 100       | 0,4      | 0,4          | 9,8    | 47        | 100       | 0,4      | 0,4          | 9,8    | 47      | 338/2                  | Москва 2011 № 338            |         |  |  |  |  |      |                        |
| ИТОГО                                              | 215       | 0,07     | 0,02         | 15     | 60        | 215       | 0,07     | 0,02         | 15     | 60      | 685/1                  | Москва 2004 № 685            |         |  |  |  |  |      |                        |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                         |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
|                                                    | 1677      | 61,74    | 55,87        | 229,1  | 1672,11   | 1827      | 67,93    | 60,86        | 254,87 | 1848,08 |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |
| СРЕДНЯЯ                                            |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                              |         |  |  |  |  |      |                        |

| НАИМЕНОВАНИЕ                                            | 7-11 лет  |           |          |              |         |           | 12+ лет   |          |              |         |              |                        | № ТК | № ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР |
|---------------------------------------------------------|-----------|-----------|----------|--------------|---------|-----------|-----------|----------|--------------|---------|--------------|------------------------|------|------------------------|
|                                                         | Выход, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ККАл    | Выход, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ККАл    |              |                        |      |                        |
|                                                         |           |           |          |              |         |           |           |          |              |         |              |                        |      |                        |
| Шницель "Нежный"                                        |           |           |          |              | ЗАВТРАК |           |           |          |              |         |              |                        |      |                        |
| Масло сливочное (на полн)                               | 90        | 14,68     | 10,58    | 11,03        | 180,7   | 90        | 14,68     | 9,98     | 11,03        | 180,7   | 352,1        | ТТК № 352              |      |                        |
| Картофельное пюре                                       | 0         | 0         | 0        | 0            | 0       | 5         | 0,04      | 3,6      | 0,06         | 33      | 14/3         | Москва 2011 № 14       |      |                        |
| Хлеб "Городской" порциями                               | 150       | 3,06      | 4,8      | 20,44        | 137,25  | 180       | 3,67      | 5,76     | 24,53        | 164,7   | 332,1        | Москва 2011 № 312      |      |                        |
| Чай с сахаром                                           | 50        | 4         | 0,5      | 25,5         | 125     | 60        | 4,8       | 0,6      | 30,6         | 150     | 11           | ТТК № 11               |      |                        |
| ИТОГО                                                   | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60      | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60      | 685,1        | Москва 2004 № 685      |      |                        |
| Суп картофельный с горохом                              | 505       | 21,81     | 15,9     | 71,97        | 502,95  | 550       | 23,26     | 19,96    | 81,22        | 588,4   |              |                        |      |                        |
| Фрикадельки из свинины                                  | 200       | 4,4       | 4,2      | 13,2         | 118,6   | 250       | 5,49      | 5,27     | 16,54        | 148,25  | 102/4        | Москва 2011 №102       |      |                        |
| Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)         | 90        | 11,32     | 12,8     | 12,2         | 207,8   | 100       | 12,6      | 14,8     | 13,6         | 230,9   | 280/2        | Москва 2011 № 280      |      |                        |
| Овощи свежие порциями (капуста белокочанная с морковью) | 150       | 3,65      | 5,87     | 36,68        | 209,7   | 180       | 4,38      | 6,44     | 44,02        | 251,64  | 110/2        | ТТК 110/1              |      |                        |
| Компот из свежих яблок                                  | 60        | 1         | 3,05     | 2,95         | 43      | 100       | 1,61      | 5,09     | 4,91         | 71,65   | 267/1        | ТТК № 267              |      |                        |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                               | 200       | 0,16      | 0,16     | 27,88        | 114,6   | 200       | 0,16      | 0,16     | 27,88        | 114,6   | 90/1         | ТТК № 90               |      |                        |
| Хлеб "Городской" порциями                               | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85      | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85      | 11, 11/2     | ТТК № 10               |      |                        |
| ИТОГО                                                   | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100     | 40        | 3,2       | 0,4      | 20,4         | 100     | 11, 11/2     | ТТК № 11               |      |                        |
| Хлебцы с сыром                                          | 780       | 26,33     | 26,88    | 130,51       | 878,7   | 910       | 30,04     | 32,56    | 144,55       | 1002,04 |              |                        |      |                        |
| Фрукты свежие порциями                                  | 80        | 10,2      | 11,3     | 30,1         | 266,4   | 80        | 10,2      | 11,3     | 30,1         | 266,4   | 11/6         | Сыктывкар 1990 № 11    |      |                        |
| Чай с сахаром                                           | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 338/2        | Москва 2011 № 338      |      |                        |
| ИТОГО                                                   | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60      | 215       | 0,07      | 0,02     | 15           | 60      | 685/1        | Москва 2004 № 685      |      |                        |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                              | 395       | 10,67     | 11,72    | 54,9         | 373,4   | 395       | 10,67     | 11,72    | 54,9         | 373,4   |              |                        |      |                        |
|                                                         | 1680      | 58,81     | 54,5     | 257,38       | 1755,05 | 1855      | 63,97     | 64,24    | 280,67       | 1963,84 |              |                        |      |                        |
| НАИМЕНОВАНИЕ                                            |           |           | 7-11 лет |              | ЧЕТВЕРГ |           |           | 12+ лет  |              |         |              |                        |      |                        |
|                                                         | Выход, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ККАл    | Выход, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ККАл    | № ТК         | № ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР |      |                        |
| Творожник взбитый со ступенным молоком                  | 150       | 18,63     | 9,93     | 41,77        | 331,5   | 200       | 24,19     | 12,98    | 59,15        | 455,36  | 29/4         | ТТК № 29               |      |                        |
| Булочка с сахаром                                       | 30        | 3,09      | 5,64     | 24,53        | 131,74  | 30        | 3,09      | 5,34     | 24,53        | 131,74  | 39/2         | ТТК № 39               |      |                        |
| Фрукты свежие порциями                                  | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 338/2        | Москва 2011 № 338      |      |                        |
| Чай с сахаром и лимоном                                 | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 686/1        | Москва 2004 № 686      |      |                        |
| ИТОГО                                                   | 502       | 22,25     | 15,99    | 91,3         | 572,24  | 552       | 27,81     | 18,74    | 108,68       | 696,1   |              |                        |      |                        |
| Шницель с сыром                                         | 200       | 1,2       | 5,52     | 7,5          | 77,01   | 260       | 1,51      | 6,69     | 10,53        | 94,43   | 106/3, 106/2 | ТТК № 106              |      |                        |
| Мясо с овощами "Болонез"                                | 90        | 11,52     | 13       | 4,05         | 189,6   | 100       | 12,81     | 14,46    | 4,5          | 210,7   | 35/2         | ТТК № 35               |      |                        |
| Макaronные изделия отварные (спагетти)                  | 150       | 5,52      | 4,51     | 26,45        | 168,45  | 180       | 6,62      | 5,42     | 31,73        | 202,14  | 114/1        | ТТК № 114              |      |                        |
| Овощи свежие порциями (огурец свежий в нарезку)         | 60        | 0,42      | 0,06     | 1,14         | 7,2     | 100       | 0,7       | 0,1      | 1,9          | 12      | 71/5         | ТТК № 71               |      |                        |
| Компот из компотной смеси                               | 200       | 0,15      | 0,06     | 20,65        | 82,9    | 200       | 0,15      | 0,06     | 20,65        | 82,9    | 113/1        | ТТК № 113              |      |                        |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                               | 40        | 2,6       | 0,4      | 17,2         | 85      | 50        | 3,3       | 0,5      | 21,5         | 106,3   | 11, 11/2     | ТТК № 10               |      |                        |
| Хлеб "Городской" порциями                               | 50        | 4         | 0,5      | 25,5         | 125     | 50        | 4         | 0,5      | 25,5         | 125     | 11, 11/2     | ТТК № 11               |      |                        |
| ИТОГО                                                   | 790       | 25,41     | 24,05    | 102,49       | 735,16  | 940       | 29,09     | 27,73    | 116,31       | 833,47  |              |                        |      |                        |
| Шницель с картофелем                                    | 100       | 8,5       | 8,85     | 38,88        | 244,8   | 100       | 8,5       | 8,85     | 38,88        | 244,8   | 15/3         | Сыктывкар 1990 № 15    |      |                        |
| Фрукты свежие порциями                                  | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 100       | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 47      | 338/2        | Москва 2011 № 338      |      |                        |
| Чай с сахаром и лимоном                                 | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 222       | 0,13      | 0,02     | 15,2         | 62      | 686/1        | Москва 2004 № 686      |      |                        |
| ИТОГО                                                   | 422       | 9,03      | 9,27     | 63,88        | 353,8   | 422       | 9,03      | 9,27     | 63,88        | 353,8   |              |                        |      |                        |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                              | 1714      | 56,69     | 49,31    | 257,67       | 1661,2  | 1914      | 65,93     | 55,74    | 288,87       | 1883,37 |              |                        |      |                        |

| НАИМЕНОВАНИЕ                                         |           | ПЯТНИЦА  |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
|------------------------------------------------------|-----------|----------|--------------|--------|-----------|-----------|----------|--------------|--------|---------|------------------------|-----------------------|
|                                                      |           | 7-11 лет |              |        |           |           | 12+ лет  |              |        |         |                        |                       |
| Выход, гр                                            | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ККАЛ   | Выход, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ККАЛ   | № ТК    | № ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР |                       |
| Гуляш из свинины                                     |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
| Каша гречневая рассыпчатая                           | 90        | 10,17    | 17,55        | 2,61   | 207,63    | 100       | 11,3     | 19,5         | 2,9    | 230,7   | 260/7                  | Москва 2011 № 260     |
| Хлеб "Городской" порциями                            | 150       | 8,6      | 6,09         | 38,64  | 243,75    | 180       | 10,32    | 7,31         | 46,37  | 292,5   | 99/1                   | ТТК № 99              |
| Чай с сахаром                                        | 50        | 4        | 0,5          | 25,5   | 125       | 60        | 4,8      | 0,6          | 30,6   | 150     | 11/2                   | ТТК № 11              |
| ИТОГО                                                | 215       | 0,07     | 0,02         | 15     | 60        | 215       | 0,07     | 0,02         | 15     | 60      | 685/1                  | Москва 2004 № 685     |
| Суп картофельный с рисовой крупой                    |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
| Биточки из мяса птицы                                | 200       | 1,58     | 2,97         | 9,69   | 68,6      | 250       | 1,97     | 2,71         | 12,11  | 85,75   | 101                    | Москва 2011 № 101     |
| Масло сливочное (на полне)                           | 90        | 15,9     | 6,5          | 11,7   | 172,5     | 100       | 17,6     | 7,25         | 13     | 191,6   | 294/8                  | Москва 2011 № 294     |
| Картофельное пюре                                    | 5         | 0,04     | 3,6          | 0,06   | 33        | 5         | 0,04     | 3,6          | 0,06   | 33      | 14/3                   | Москва 2011 № 14      |
| Овощи порциями (капуста квашеная со свежлой отарной) | 150       | 3,06     | 4,8          | 20,44  | 137,25    | 180       | 3,67     | 5,76         | 24,53  | 164,7   | 312/1                  | Москва 2011 № 312     |
| Морс из черной смородины                             | 60        | 0,99     | 5,03         | 3,7    | 61,45     | 100       | 1,62     | 10,05        | 5,88   | 116,1   | 306                    | ТТК № 306             |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                            | 200       | 0        | 0            | 19,97  | 76        | 200       | 0        | 0            | 19,97  | 76      | 89/3                   | ТТК № 89              |
| Хлеб "Городской" порциями                            | 40        | 2,6      | 0,4          | 17,2   | 85        | 50        | 3,3      | 0,5          | 21,5   | 106,3   | 11, 11/2               | ТТК № 10              |
| ИТОГО                                                | 40        | 3,2      | 0,4          | 20,4   | 100       | 50        | 4        | 0,5          | 25,5   | 125     | 11, 11/2               | ТТК № 11              |
| Кекс "Вароженный" (нарезной)                         |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
| Фрукты свежие порциями                               | 80        | 9,54     | 11,9         | 40,9   | 300,8     | 80        | 9,54     | 11,9         | 40,9   | 300,8   | 447/2                  | Москва 2011 № 447     |
| Чай с сахаром и лимоном                              | 100       | 0,4      | 0,4          | 9,8    | 47        | 100       | 0,4      | 0,4          | 9,8    | 47      | 338/2                  | Москва 2011 № 338     |
| ИТОГО                                                | 222       | 0,13     | 0,02         | 15,2   | 62        | 222       | 0,13     | 0,02         | 15,2   | 62      | 686/1                  | Москва 2004 № 686     |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                           |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
|                                                      | 1692      | 60,28    | 60,18        | 250,81 | 1779,98   | 1892      | 68,76    | 70,12        | 283,32 | 2041,45 |                        |                       |
| НАИМЕНОВАНИЕ                                         |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
| 7-11 лет                                             |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
| Выход, гр                                            | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ККАЛ   | Выход, гр | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ККАЛ   | № ТК    | № ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР |                       |
| Каша молочная кукурузная                             |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
| Сыр порциями                                         | 205       | 6,12     | 5,56         | 50,64  | 272,32    | 250       | 8,4      | 11,02        | 60,85  | 366,11  | 117, 117/4             | ТТК № 117             |
| Батон нарезной                                       | 30        | 6,96     | 8,85         | 0      | 108       | 30        | 6,96     | 8,85         | 0      | 108     | 25/2                   | Москва 1994 таб. № 25 |
| Чай с сахаром и лимоном                              | 50        | 4,75     | 1,5          | 26     | 132,5     | 50        | 4,75     | 1,5          | 26     | 132,5   | 266/2                  | ТТК № 266             |
| ИТОГО                                                | 222       | 0,13     | 0,02         | 15,2   | 62        | 222       | 0,13     | 0,02         | 15,2   | 62      | 686/1                  | Москва 2004 № 686     |
| Свекольник                                           |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
| Котлета рыбная                                       | 200       | 1,53     | 5,1          | 8      | 83,9      | 260       | 2        | 6,59         | 10,45  | 108,33  | 35/4, 35/3             | Пермь 2001 № 35       |
| Рагу из овощей                                       | 90        | 11,4     | 6,98         | 13,1   | 159,84    | 100       | 12,7     | 7,76         | 14,54  | 177,6   | 234/2                  | Москва 2011 № 234     |
| Компот из яблок                                      | 150       | 2,6      | 11,8         | 13,81  | 163,5     | 180       | 4,1      | 14,2         | 15,37  | 196,2   | 541/1                  | Москва 2004 № 541/3   |
| Хлеб "Дарницкий" порциями                            | 200       | 0,33     | 0            | 22,78  | 94,44     | 200       | 0,33     | 0            | 22,78  | 94,44   | 91/1                   | ТТК № 91              |
| Хлеб "Городской" порциями                            | 50        | 3,3      | 0,5          | 21,5   | 106,3     | 60        | 4        | 0,6          | 25,8   | 127,6   | 11, 11/2               | ТТК № 10              |
| ИТОГО                                                | 50        | 4        | 0,5          | 25,5   | 125       | 50        | 4        | 0,5          | 25,5   | 125     | 11/2                   | ТТК № 11              |
| Сметанник                                            |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
| Фрукты свежие порциями                               | 100       | 8,64     | 9,85         | 45,53  | 292,98    | 100       | 8,64     | 9,85         | 45,53  | 292,98  | 59/1                   | ТТК № 59              |
| Чай с сахаром                                        | 100       | 0,4      | 0,4          | 9,8    | 47        | 100       | 0,4      | 0,4          | 9,8    | 47      | 338/2                  | Москва 2011 № 338     |
| ИТОГО                                                | 215       | 0,07     | 0,02         | 15     | 60        | 215       | 0,07     | 0,02         | 15     | 60      | 685/1                  | Москва 2004 № 685     |
| ОБЩИЙ ИТОГ                                           |           |          |              |        |           |           |          |              |        |         |                        |                       |
|                                                      | 1662      | 50,23    | 51,08        | 266,86 | 1707,78   | 1817      | 56,48    | 61,31        | 286,82 | 1897,76 |                        |                       |