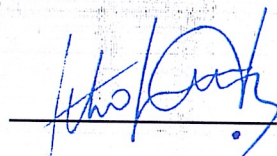


«Согласовано»

Директор МАОУ «Школа №131»

 И. А. Борякова



«Утверждаю»

Ответственный за организацию работы  
летнего лагеря МАОУ «Школа №131»

 Е.А. Чупрова

«21» мая 2025г.

**14-дневное примерное цикличное меню двухразового горячего питания детей 7-11 лет  
в летнем лагере 2025 года в образовательном учреждении МАОУ «Школа №131»**

**Организатор питания МАОУ «Школа № 131»**

| № рецептуры<br>по Сборнику<br>блюد<br>2015г,2004г. | Наименование блюд                      | Выход порции (г) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Микроэлементы (мг) |     |     |       | Витамины (мг) |      |      |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------|------------------|-------|----------|--------------------------------------|--------------------|-----|-----|-------|---------------|------|------|
|                                                    |                                        |                  | белки            | жиры  | углеводы |                                      | Ca                 | Mg  | P   | Fe    | B1            | C    | A    |
|                                                    | <b>Первая неделя</b>                   |                  |                  |       |          |                                      |                    |     |     |       |               |      |      |
|                                                    | <b>Понедельник</b>                     |                  |                  |       |          |                                      |                    |     |     |       |               |      |      |
|                                                    | <b>Завтрак</b>                         |                  |                  |       |          |                                      |                    |     |     |       |               |      |      |
| 14                                                 | Масло сливочное                        | 10               | 0,1              | 7,3   | 0,1      | 66                                   | 2                  | 0   | 3   | 0,02  | 0             | 0    | 0,04 |
| ТТК№1                                              | Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом | 200/5            | 6,1              | 9     | 32       | 233                                  | 169                | 30  | 169 | 0,04  | 0,11          | 1,8  | 0    |
| 338                                                | Фрукты свежие                          | 120              | 0,5              | 0,5   | 11,7     | 57                                   | 19                 | 11  | 14  | 2,7   | 0,04          | 12   | 0    |
| 382                                                | Какао с молоком                        | 200              | 3,9              | 3,1   | 21,1     | 128                                  | 126                | 31  | 116 | 1,03  | 0,04          | 1,3  | 0,02 |
|                                                    | Батон нарезной                         | 50               | 3,5              | 1,5   | 23,5     | 120                                  | 10                 | 0   | 0   | 0     | 0             | 0    | 0    |
|                                                    | <b>Всего:</b>                          |                  | 14,1             | 21,4  | 88,4     | 604                                  | 326                | 72  | 302 | 3,79  | 0,19          | 15,1 | 0,06 |
|                                                    | <b>Обед</b>                            |                  |                  |       |          |                                      |                    |     |     |       |               |      |      |
| 119                                                | Суп с горохом,гренками и зеленью       | 250/15           | 10,1             | 6,1   | 31,5     | 221                                  | 40                 | 31  | 79  | 2,9   | 0,49          | 0    | 0    |
| ТТК№2                                              | Котлета куриная                        | 90               | 12               | 5,5   | 11,9     | 174                                  | 0                  | 0   | 0   | 0     | 0             | 0    | 0    |
| 309                                                | Макаронные изделия отварные            | 150              | 5,4              | 4,9   | 27,9     | 178                                  | 6                  | 8   | 35  | 0,8   | 0,1           | 0    | 0    |
| 101                                                | Икра кабачковая(доп.гарнир)            | 60               | 0,72             | 2,86  | 4,5      | 45                                   | 19                 | 11  | 14  | 2,7   | 0,04          | 12   | 0    |
| 389                                                | Сок фруктовый                          | 200              | 0                | 0     | 22,4     | 90                                   | 0                  | 0   | 0   | 0     | 0             | 0    | 0    |
|                                                    | Хлеб ржаной/батон                      | 25/25            | 3,5              | 1     | 22       | 110                                  | 0                  | 0   | 0   | 0     | 0             | 0    | 0    |
|                                                    | <b>Всего:</b>                          |                  | 31,72            | 20,36 | 120,2    | 818                                  | 65                 | 50  | 128 | 6,4   | 0,63          | 12   | 0    |
|                                                    | <b>Итого:</b>                          |                  | 45,82            | 41,76 | 208,6    | 1422                                 | 391                | 122 | 430 | 10,19 | 0,82          | 27,1 | 0,06 |
|                                                    | <b>Вторник</b>                         |                  |                  |       |          |                                      |                    |     |     |       |               |      |      |
|                                                    | <b>Завтрак</b>                         |                  |                  |       |          |                                      |                    |     |     |       |               |      |      |
| 14                                                 | Масло сливочное                        | 10               | 0,1              | 7,3   | 0,1      | 66                                   | 2                  | 0   | 3   | 0,02  | 0             | 0    | 0,04 |
| ТТК№11                                             | Котлета деревенская                    | 100              | 12               | 5,5   | 12,9     | 174                                  | 0                  | 0   | 0   | 0     | 0             | 0    | 0    |
| ТТК№6                                              | Булгур отварной                        | 150              | 3,7              | 6,3   | 28,5     | 216                                  | 1                  | 19  | 62  | 0,52  | 0,03          | 0    | 0,03 |
| 377                                                | Чай с сахаром,лимоном                  | 200/8            | 0,3              | 0,1   | 6,8      | 29                                   | 8                  | 5   | 10  | 0,89  | 0             | 2,9  | 0    |
|                                                    | Батон нарезной                         | 50               | 3,5              | 1,5   | 23,5     | 120                                  | 10                 | 0   | 0   | 0     | 0             | 0    | 0    |
|                                                    | <b>Всего:</b>                          |                  | 19,6             | 20,7  | 71,8     | 605                                  | 21                 | 24  | 75  | 1,43  | 0,03          | 2,9  | 0,07 |
|                                                    | <b>Обед</b>                            |                  |                  |       |          |                                      |                    |     |     |       |               |      |      |
| 99                                                 | Суп из овощей , мясом, зеленью         | 10/250           | 4,7              | 5,4   | 9,3      | 115                                  | 21                 | 19  | 54  | 0,8   | 0,07          | 13   | 0    |
| 260                                                | Гуляш из мяса                          | 100              | 15,9             | 12,1  | 2,7      | 176                                  | 19                 | 26  | 175 | 1,71  | 0,08          | 0,74 | 0,02 |
| 302                                                | Каша гречневая рассыпчатая             | 150              | 8,5              | 7,3   | 36,6     | 246                                  | 15                 | 133 | 201 | 4,48  | 0,21          | 0    | 0    |
| 338                                                | Фрукты свежие                          | 120              | 0,5              | 0,5   | 11,7     | 57                                   | 19                 | 11  | 14  | 2,7   | 0,04          | 12   | 0    |



|        |                                            |           |      |       |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|--------|--------------------------------------------|-----------|------|-------|-------|------|-----|-----|-----|-------|------|-------|------|
| 348    | Компот из замороженных ягод                | 200       | 0    | 0,12  | 16,8  | 68   | 11  | 8   | 9   | 0,2   | 0,01 | 4,5   | 0    |
|        | Хлеб ржаной/батон                          | 25/25     | 3,5  | 1     | 22    | 110  | 0   | 0   | 0   | 0     | 0    | 0     | 0    |
|        | Всего:                                     |           | 32,6 | 26,42 | 99,1  | 772  | 85  | 197 | 453 | 9,89  | 0,41 | 30,24 | 0,02 |
|        | Итого:                                     |           | 52,2 | 47,12 | 170,9 | 1377 | 106 | 221 | 528 | 11,32 | 0,44 | 33,14 | 0,09 |
|        | Среда                                      |           |      |       |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|        | Завтрак                                    |           |      |       |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| 210    | Омлет натуральный                          | 180       | 16,5 | 17    | 4,1   | 230  | 123 | 20  | 245 | 2,58  | 0,06 | 0,73  | 0,11 |
| 338    | Фрукты свежие                              | 120       | 0,5  | 0,5   | 11,7  | 57   | 19  | 11  | 14  | 2,7   | 0,04 | 12    | 0    |
| 379    | Кофейный напиток с молоком                 | 200       | 2,3  | 1,4   | 22    | 110  | 60  | 7   | 45  | 0,1   | 0    | 0,7   | 0    |
|        | Батон нарезной                             | 50        | 3,5  | 1,5   | 23,5  | 120  | 10  | 0   | 0   | 0     | 0    | 0     | 0    |
|        | Всего:                                     |           | 22,8 | 20,4  | 61,3  | 517  | 212 | 38  | 304 | 5,38  | 0,1  | 13,43 | 0,11 |
|        | Обед                                       |           |      |       |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| ТТК№14 | Суп сырный с куриным филе,гренками,зеленью | 10/15/250 | 8,4  | 6,5   | 22,8  | 184  | 121 | 25  | 109 | 1,2   | 0,25 | 10,3  | 0,03 |
| 229    | Рыба тушёная в томате с овощами            | 100       | 12,1 | 8,3   | 3     | 135  | 12  | 19  | 133 | 0,44  | 0,1  | 1,57  | 0,02 |
| 304    | Рис отварной                               | 150       | 3,7  | 6,3   | 28,5  | 185  | 1   | 19  | 62  | 0,52  | 0,03 | 0     | 0,03 |
| 376    | Чай с сахаром                              | 200       | 0,2  | 0,1   | 6,7   | 27   | 5   | 4   | 8   | 0,85  | 0    | 0,1   | 0    |
|        | Хлеб ржаной/батон                          | 25/25     | 3,5  | 1     | 22    | 110  | 0   | 0   | 0   | 0     | 0    | 0     | 0    |
|        | Всего:                                     |           | 27,9 | 22,2  | 83    | 641  | 139 | 67  | 312 | 3,01  | 0,38 | 11,97 | 0,08 |
|        | Итого:                                     |           | 50,7 | 42,6  | 144,3 | 1158 | 351 | 105 | 616 | 8,39  | 0,48 | 25,4  | 0,19 |
|        | Четверг                                    |           |      |       |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
|        | Завтрак                                    |           |      |       |       |      |     |     |     |       |      |       |      |
| ТТК№15 | Котлета куриная с сыром                    | 90        | 18,5 | 10    | 10,4  | 204  | 86  | 25  | 120 | 1,2   | 0,12 | 0,1   | 0,06 |
| 309    | Макаронные изделия отварные                | 150       | 5,4  | 4,9   | 27,9  | 178  | 6   | 8   | 35  | 0,8   | 0,1  | 0     | 0    |
| 377    | Чай с сахаром,лимоном                      | 200/8     | 0,3  | 0,1   | 6,8   | 29   | 8   | 5   | 10  | 0,89  | 0    | 2,9   | 0    |
|        | Батон нарезной                             | 50        | 3,5  | 1,5   | 23,5  | 120  | 10  | 0   | 0   | 0     | 0    | 0     | 0    |

|          |                                                         |        |      |       |       |      |       |       |     |       |      |       |      |
|----------|---------------------------------------------------------|--------|------|-------|-------|------|-------|-------|-----|-------|------|-------|------|
|          | <b>Всего:</b>                                           |        | 27,7 | 16,5  | 68,6  | 531  | 110   | 38    | 165 | 2,89  | 0,22 | 3     | 0,06 |
|          | <b>Обед</b>                                             |        |      |       |       |      |       |       |     |       |      |       |      |
| 101      | Суп картофельный с крупой, рыбными консервами и зеленью | 270    | 5,6  | 6,8   | 17,8  | 155  | 15    | 27    | 67  | 0,96  | 0,11 | 0,83  | 0    |
| 431-2004 | Печень по-строгановски                                  | 100    | 13,2 | 10,1  | 7,2   | 172  | 18    | 16    | 233 | 4,9   | 0,2  | 8,2   | 0,02 |
| 312      | Пюре картофельное                                       | 150    | 3,1  | 5,2   | 12,1  | 108  | 38    | 28    | 82  | 0,99  | 0,13 | 5,12  | 0,05 |
| 349      | Компот из смеси сухофруктов                             | 200    | 0,6  | 0     | 20,9  | 86   | 23    | 18    | 38  | 0,6   | 0,01 | 1,09  | 0,2  |
|          | Хлеб ржаной/батон                                       | 25/25  | 3,5  | 1     | 22    | 110  | 0     | 0     | 0   | 0     | 0    | 0     | 0    |
|          | <b>Всего:</b>                                           |        | 12,8 | 23,1  | 80    | 631  | 94    | 89    | 420 | 7,45  | 0,45 | 15,24 | 0,27 |
|          | <b>Итого:</b>                                           |        | 40,5 | 39,6  | 148,6 | 1162 | 204   | 127   | 585 | 10,34 | 0,67 | 18,24 | 0,33 |
|          | <b>Пятница</b>                                          |        |      |       |       |      |       |       |     |       |      |       |      |
|          | <b>Завтрак</b>                                          |        |      |       |       |      |       |       |     |       |      |       |      |
| 223      | Запеканка из творога со сгущенным молоком               | 150/15 | 31,3 | 12,2  | 29,5  | 355  | 278   | 38    | 322 | 0,9   | 0,1  | 0     | 0,1  |
| 338      | Фрукты свежие                                           | 120    | 0,5  | 0,5   | 11,7  | 57   | 19    | 11    | 14  | 2,7   | 0,04 | 12    | 0    |
| 376      | Чай с сахаром                                           | 200    | 0,2  | 0,1   | 6,7   | 27   | 5     | 4     | 8   | 0,85  | 0    | 0,1   | 0    |
|          | Батон нарезной                                          | 50     | 3,5  | 1,5   | 23,5  | 120  | 10    | 0     | 0   | 0     | 0    | 0     | 0    |
|          | <b>Всего:</b>                                           |        | 35,5 | 14,3  | 71,4  | 559  | 312   | 53    | 344 | 4,45  | 0,14 | 12,1  | 0,1  |
|          | <b>Обед</b>                                             |        |      |       |       |      |       |       |     |       |      |       |      |
| 82       | Борщ со свежей капустой,картофелем,мясом , зеленью      | 10/250 | 4,1  | 4     | 8,9   | 92   | 28    | 22    | 70  | 1,2   | 0,05 | 8     | 0,01 |
| 265      | Плов с мясом                                            | 200    | 12,6 | 28,17 | 25,8  | 408  | 13,2  | 38,6  | 186 | 8,92  | 0,05 | 1,38  | 0    |
| 71       | Огурцы свежие (доп.гарнир)                              | 60     | 0,4  | 0,06  | 1,6   | 12   | 14    | 8     | 26  | 0,36  | 0,02 | 6     | 0    |
| 348      | Компот из замороженных ягод                             | 200    | 0    | 0,12  | 16,8  | 68   | 11    | 8     | 9   | 0,2   | 0,01 | 4,5   | 0    |
|          | Хлеб ржаной/батон                                       | 25/25  | 3,5  | 1     | 22    | 110  | 0     | 0     | 0   | 0     | 0    | 0     | 0    |
|          | <b>Всего:</b>                                           |        | 20,6 | 33,35 | 75,1  | 690  | 66,2  | 76,6  | 291 | 10,68 | 0,13 | 19,88 | 0,01 |
|          | <b>Итого:</b>                                           |        | 56,1 | 47,65 | 146,5 | 1249 | 378,2 | 129,6 | 635 | 15,13 | 0,27 | 31,98 | 0,11 |
|          | <b>Вторая неделя</b>                                    |        |      |       |       |      |       |       |     |       |      |       |      |
|          | <b>Понедельник</b>                                      |        |      |       |       |      |       |       |     |       |      |       |      |
|          | <b>Завтрак</b>                                          |        |      |       |       |      |       |       |     |       |      |       |      |
| 14       | Масло сливочное                                         | 10     | 0,1  | 7,3   | 0,1   | 66   | 2     | 0     | 3   | 0,02  | 0    | 0     | 0,04 |
| 333-2004 | Макаронные изделия отварные с сыром                     | 150    | 8,2  | 11,9  | 24,6  | 239  | 92    | 15    | 102 | 0,7   | 0,05 | 0     | 0    |



|          |                                                      |        |       |       |       |      |       |     |     |       |       |       |       |
|----------|------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|------|-------|-----|-----|-------|-------|-------|-------|
| 338      | Фрукты свежие                                        | 120    | 0,5   | 0,5   | 11,7  | 57   | 19    | 11  | 14  | 2,7   | 0,04  | 12    | 0     |
| 377      | Чай с сахаром,лимоном                                | 200/8  | 0,3   | 0,1   | 6,8   | 29   | 8     | 5   | 10  | 0,89  | 0     | 2,9   | 0     |
|          | Батон нарезной                                       | 50     | 3,5   | 1,5   | 23,5  | 120  | 10    | 0   | 0   | 0     | 0     | 0     | 0     |
|          | <b>Всего:</b>                                        |        | 12,6  | 21,3  | 66,7  | 511  | 131   | 31  | 129 | 4,31  | 0,09  | 14,9  | 0,04  |
|          | Обед                                                 |        |       |       |       |      |       |     |     |       |       |       |       |
| 111      | Суп с вермишелью, с куриным филе, зеленью            | 10/250 | 6     | 4,6   | 14    | 120  | 9     | 20  | 70  | 0,96  | 0,09  | 4,7   | 0     |
| ТТК№24   | Шницель                                              | 90     | 12    | 5,5   | 12,9  | 174  | 0     | 0   | 0   | 0     | 0     | 0     | 0     |
| 302      | Каша гречневая рассыпчатая                           | 150    | 8,5   | 7,3   | 36,6  | 246  | 15    | 133 | 201 | 4,48  | 0,21  | 0     | 0     |
| 306      | Кукуруза консервированная (доп.гарнир)               | 60     | 6,24  | 3,12  | 36    | 194  | 21,6  | 63  | 180 | 2,1   | 0,3   | 0     | 0     |
| 359      | Кисель плодово-ягодный                               | 200    | 0     | 0     | 28    | 112  | 3     | 0   | 6   | 0     | 0     | 7,6   | 0     |
|          | Хлеб ржаной/батон                                    | 25/25  | 3,5   | 1     | 22    | 110  | 0     | 0   | 0   | 0     | 0     | 0     | 0     |
|          | <b>Всего:</b>                                        |        | 36,24 | 21,52 | 149,5 | 956  | 48,6  | 216 | 457 | 7,54  | 0,6   | 12,3  | 0     |
|          | <b>Итого:</b>                                        |        | 48,84 | 42,82 | 216,2 | 1467 | 179,6 | 247 | 586 | 11,85 | 0,69  | 27,2  | 0,04  |
|          | <b>Вторник</b>                                       |        |       |       |       |      |       |     |     |       |       |       |       |
|          | Завтрак                                              |        |       |       |       |      |       |     |     |       |       |       |       |
| ТТК№21   | Блинчики со сгущенным молоком                        | 150/15 | 8,5   | 15,3  | 56,1  | 336  | 0     | 0   | 0   | 0     | 0     | 0     | 0     |
| 338      | Фрукты свежие                                        | 150    | 0,6   | 0,6   | 14,7  | 71   | 19    | 11  | 14  | 2,7   | 0,04  | 12    | 0     |
| 376      | Чай с сахаром                                        | 200    | 0,2   | 0,1   | 6,7   | 27   | 5     | 4   | 8   | 0,85  | 0     | 0,1   | 0     |
|          | <b>Всего:</b>                                        |        | 9,3   | 16    | 77,5  | 434  | 24    | 15  | 22  | 3,55  | 0,04  | 12,1  | 0     |
|          | Обед                                                 |        |       |       |       |      |       |     |     |       |       |       |       |
| 96       | Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной и зеленью | 10/255 | 5,5   | 4,7   | 17    | 129  | 19    | 26  | 99  | 1,3   | 0,1   | 7,1   | 0,01  |
| ТТК№22   | Голубцы с мясом, рисом(ленивые)                      | 108/50 | 18,1  | 13,7  | 18,3  | 207  | 38    | 12  | 61  | 1,7   | 0,1   | 1,7   | 0,013 |
| 71       | Огурцы, помидоры свежие (доп.гарнир)                 | 30/30  | 0,4   | 0,3   | 1,6   | 12   | 9,5   | 8   | 21  | 2,4   | 0,03  | 10,5  | 0     |
| 349      | Компот из смеси сухофруктов                          | 200    | 0,6   | 0     | 20,9  | 86   | 23    | 18  | 38  | 0,6   | 0,01  | 1,09  | 0,2   |
|          | Хлеб ржаной/батон                                    | 25/25  | 3,5   | 1     | 22    | 110  | 0     | 0   | 0   | 0     | 0     | 0     | 0     |
|          | <b>Всего:</b>                                        |        | 28,1  | 19,7  | 79,8  | 544  | 89,5  | 64  | 219 | 6     | 0,24  | 20,39 | 0,223 |
|          | <b>Итого:</b>                                        |        | 37,4  | 35,7  | 157,3 | 978  | 113,5 | 79  | 241 | 9,55  | 0,28  | 32,49 | 0,223 |
|          | <b>Среда</b>                                         |        |       |       |       |      |       |     |     |       |       |       |       |
|          | Завтрак                                              |        |       |       |       |      |       |     |     |       |       |       |       |
| 15       | Сыр порционно                                        | 10     | 2,3   | 3     | 0     | 37   | 88    | 3   | 50  | 0,1   | 0,001 | 0,07  | 0,03  |
| 14       | Масло сливочное                                      | 10     | 0,1   | 7,3   | 0,1   | 66   | 2     | 0   | 3   | 0,02  | 0     | 0     | 0,04  |
| 182      | Каша молочная пшеничная жидкая с маслом              | 200/5  | 8     | 8,5   | 35,2  | 250  | 194   | 47  | 211 | 1,02  | 0,12  | 2,01  | 0,03  |
| 338      | Фрукты свежие                                        | 150    | 0,6   | 0,6   | 14,7  | 71   | 19    | 11  | 14  | 2,7   | 0,04  | 12    | 0     |
| 379      | Кофейный напиток с молоком                           | 200    | 2,3   | 1,4   | 22    | 110  | 60    | 7   | 45  | 0,1   | 0     | 0,7   | 0     |
|          | Батон нарезной                                       | 50     | 3,5   | 1,5   | 23,5  | 120  | 10    | 0   | 0   | 0     | 0     | 0     | 0     |
|          | <b>Всего:</b>                                        |        | 16,8  | 22,3  | 95,5  | 654  | 373   | 68  | 323 | 3,94  | 0,161 | 14,78 | 0,1   |
|          | Обед                                                 |        |       |       |       |      |       |     |     |       |       |       |       |
| 157-2004 | Солянка домашняя со сметаной, зеленью                | 260    | 7     | 7     | 7,2   | 119  | 25    | 33  | 102 | 1,2   | 0,08  | 5,3   | 0,02  |
| ТТК№4    | Котлета рыбная                                       | 90     | 4,7   | 8     | 24    | 264  | 0     | 0   | 0   | 0     | 0     | 0     | 0     |



[illegible]



|        |                                                      |        |             |              |              |             |              |              |            |              |              |              |             |
|--------|------------------------------------------------------|--------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| 15     | Сыр порционно                                        | 15     | 3,5         | 4,4          | 0            | 55          | 132          | 5            | 75         | 0,2          | 0,01         | 0,1          | 0,05        |
| 182    | Каша молочная рисовая жидкая с маслом                | 200/5  | 5,3         | 7            | 30           | 205         | 151          | 30           | 149        | 0,4          | 0,02         | 1,6          | 0,2         |
| 338    | Фрукты свежие                                        | 150    | 0,6         | 0,6          | 14,7         | 71          | 24           | 14           | 17         | 3,3          | 0,05         | 15           | 0           |
| 382    | Какао с молоком                                      | 200    | 3,9         | 3,1          | 21,1         | 128         | 126          | 31           | 116        | 1,03         | 0,04         | 1,3          | 0,02        |
|        | Батон нарезной                                       | 50     | 3,5         | 1,5          | 23,5         | 120         | 10           | 0            | 0          | 0            | 0            | 0            | 0           |
|        | <b>Всего:</b>                                        |        | <b>16,8</b> | <b>16,6</b>  | <b>89,3</b>  | <b>579</b>  | <b>443</b>   | <b>80</b>    | <b>357</b> | <b>4,93</b>  | <b>0,12</b>  | <b>18</b>    | <b>0,27</b> |
|        | Обед                                                 |        |             |              |              |             |              |              |            |              |              |              |             |
| 119    | Суп с горохом, гречками и зеленью                    | 250/15 | 10,1        | 6,1          | 31,5         | 221         | 40           | 31           | 79         | 2,9          | 0,49         | 0            | 0           |
| ТТК№2  | Котлета куриная                                      | 90     | 12          | 5,5          | 11,9         | 174         | 0            | 0            | 0          | 0            | 0            | 0            | 0           |
| 309    | Макаронные изделия отварные                          | 150    | 5,4         | 4,9          | 27,9         | 178         | 6            | 8            | 35         | 0,8          | 0,1          | 0            | 0           |
| 389    | Сок фруктовый                                        | 200    | 0           | 0            | 22,4         | 90          | 0            | 0            | 0          | 0            | 0            | 0            | 0           |
|        | Хлеб ржаной/батон                                    | 25/25  | 3,5         | 1            | 22           | 110         | 0            | 0            | 0          | 0            | 0            | 0            | 0           |
|        | <b>Всего:</b>                                        |        | <b>19</b>   | <b>17,5</b>  | <b>115,7</b> | <b>773</b>  | <b>46</b>    | <b>39</b>    | <b>114</b> | <b>3,7</b>   | <b>0,59</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>    |
|        | <b>Итого:</b>                                        |        | <b>35,8</b> | <b>34,1</b>  | <b>205</b>   | <b>1352</b> | <b>489</b>   | <b>119</b>   | <b>471</b> | <b>8,63</b>  | <b>0,71</b>  | <b>18</b>    | <b>0,27</b> |
|        | <b>Вторник</b>                                       |        |             |              |              |             |              |              |            |              |              |              |             |
|        | Завтрак                                              |        |             |              |              |             |              |              |            |              |              |              |             |
| 14     | Масло сливочное                                      | 10     | 0,1         | 7,3          | 0,1          | 66          | 2            | 0            | 3          | 0,02         | 0            | 0            | 0,04        |
| ТТК№19 | Мясо с овощами                                       | 200    | 13,8        | 11           | 19,4         | 232         | 108          | 43,9         | 160        | 2,4          | 0,18         | 52           | 0,02        |
| 338    | Фрукты свежие                                        | 150    | 0,6         | 0,6          | 14,7         | 71          | 19           | 11           | 14         | 2,7          | 0,04         | 12           | 0           |
| 377    | Чай с сахаром, лимоном                               | 200/8  | 0,3         | 0,1          | 10,3         | 43          | 8            | 5            | 10         | 0,89         | 0            | 2,9          | 0           |
|        | Батон нарезной                                       | 50     | 3,5         | 1,5          | 23,5         | 120         | 10           | 0            | 0          | 0            | 0            | 0            | 0           |
|        | <b>Всего:</b>                                        |        | <b>18,3</b> | <b>20,5</b>  | <b>68</b>    | <b>532</b>  | <b>147</b>   | <b>59,9</b>  | <b>187</b> | <b>6,01</b>  | <b>0,22</b>  | <b>66,9</b>  | <b>0,06</b> |
|        | Обед                                                 |        |             |              |              |             |              |              |            |              |              |              |             |
| 88     | Щи из свежей капусты с картоф.с мясом , зеленью      | 10/250 | 4           | 4            | 6,9          | 81          | 27           | 14           | 67         | 0,9          | 0,06         | 17,4         | 0           |
| ТТК№19 | Ёжики "Аппетитные"                                   | 120/50 | 13,8        | 13,3         | 24,6         | 230         | 17           | 15           | 77         | 0,8          | 0,13         | 0,95         | 0,03        |
| 71     | Огурцы, помидоры свежие (доп. гарнир)                | 50/50  | 0,8         | 0,5          | 2,7          | 20          | 9,5          | 8            | 21         | 2,4          | 0,03         | 10,5         | 0           |
| 348    | Компот из замороженных ягод                          | 200    | 0           | 0,12         | 16,8         | 68          | 11           | 8            | 9          | 0,2          | 0,01         | 4,5          | 0           |
|        | Хлеб ржаной/батон                                    | 25/25  | 3,5         | 1            | 22           | 110         | 0            | 0            | 0          | 0            | 0            | 0            | 0           |
|        | <b>Всего:</b>                                        |        | <b>22,1</b> | <b>18,92</b> | <b>73</b>    | <b>509</b>  | <b>64,5</b>  | <b>45</b>    | <b>174</b> | <b>4,3</b>   | <b>0,23</b>  | <b>33,35</b> | <b>0,03</b> |
|        | <b>Итого:</b>                                        |        | <b>40,4</b> | <b>39,42</b> | <b>141</b>   | <b>1041</b> | <b>211,5</b> | <b>104,9</b> | <b>361</b> | <b>10,31</b> | <b>0,45</b>  | <b>100,3</b> | <b>0,09</b> |
|        | <b>Среда</b>                                         |        |             |              |              |             |              |              |            |              |              |              |             |
|        | Завтрак                                              |        |             |              |              |             |              |              |            |              |              |              |             |
| 250    | Бефстроганов из мяса                                 | 100    | 15,2        | 23,1         | 5,12         | 290         | 43,3         | 22,5         | 181        | 2,4          | 32,8         | 0,05         | 0,7         |
| 302    | Каша гречневая рассыпчатая                           | 150    | 8,5         | 7,3          | 36,6         | 246         | 15           | 133          | 201        | 4,48         | 0,21         | 0            | 0           |
| 376    | Чай с сахаром                                        | 200    | 0,2         | 0,1          | 6,7          | 27          | 5            | 4            | 8          | 0,85         | 0            | 0,1          | 0           |
|        | Батон нарезной                                       | 50     | 3,5         | 1,5          | 23,5         | 120         | 10           | 0            | 0          | 0            | 0            | 0            | 0           |
|        | <b>Всего:</b>                                        |        | <b>27,4</b> | <b>32</b>    | <b>71,92</b> | <b>683</b>  | <b>73,3</b>  | <b>159,5</b> | <b>390</b> | <b>7,73</b>  | <b>33,01</b> | <b>0,15</b>  | <b>0,7</b>  |
|        | Обед                                                 |        |             |              |              |             |              |              |            |              |              |              |             |
| 96     | Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной и зеленью | 10/255 | 5,5         | 4,7          | 17           | 129         | 19           | 26           | 99         | 1,3          | 0,1          | 7,1          | 0,01        |



|          |                                     |        |               |               |                |               |               |              |              |              |               |              |              |
|----------|-------------------------------------|--------|---------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| ТТК№5    | Филе куриное панированное           | 90     | 11            | 19            | 9,2            | 219           | 15            | 80           | 155          | 1,9          | 0,09          | 2,49         | 0,07         |
| 312      | Пюре картофельное                   | 150    | 3,1           | 5,2           | 12,1           | 108           | 38            | 28           | 82           | 0,99         | 0,13          | 5,12         | 0,05         |
| 349      | Компот из кураги                    | 200    | 0,78          | 0,05          | 27,6           | 125           | 11            | 8            | 9            | 0,2          | 0,01          | 4,5          | 0            |
|          | Хлеб ржаной/батон                   | 25/25  | 3,5           | 1             | 22             | 110           | 0             | 0            | 0            | 0            | 0             | 0            | 0            |
|          | <b>Всего:</b>                       |        | <b>20,78</b>  | <b>24,75</b>  | <b>75,8</b>    | <b>583</b>    | <b>45</b>     | <b>114</b>   | <b>263</b>   | <b>3,4</b>   | <b>0,2</b>    | <b>14,09</b> | <b>0,08</b>  |
|          | <b>Итого:</b>                       |        | <b>48,18</b>  | <b>56,75</b>  | <b>147,72</b>  | <b>1266</b>   | <b>118,3</b>  | <b>273,5</b> | <b>653</b>   | <b>11,13</b> | <b>33,21</b>  | <b>14,24</b> | <b>0,78</b>  |
|          | <b>Понедельник</b>                  |        |               |               |                |               |               |              |              |              |               |              |              |
|          | <b>Завтрак</b>                      |        |               |               |                |               |               |              |              |              |               |              |              |
| 14       | Масло сливочное                     | 15     | 0,15          | 10,95         | 0,15           | 99            | 3             | 0            | 4,5          | 0,03         | 0             | 0            | 0,06         |
| 333-2004 | Макаронные изделия отварные с сыром | 150    | 8,2           | 11,9          | 24,6           | 239           | 92            | 15           | 102          | 0,7          | 0,05          | 0            | 0            |
| 338      | Фрукты свежие                       | 150    | 0,6           | 0,6           | 14,7           | 71            | 19            | 11           | 14           | 2,7          | 0,04          | 12           | 0            |
| 379      | Кофейный напиток с молоком          | 200    | 2,3           | 1,4           | 22             | 110           | 60            | 7            | 45           | 0,1          | 0             | 0,7          | 0            |
|          | Батон нарезной                      | 50     | 3,5           | 1,5           | 23,5           | 120           | 10            | 0            | 0            | 0            | 0             | 0            | 0            |
|          | <b>Всего:</b>                       |        | <b>14,75</b>  | <b>26,35</b>  | <b>84,95</b>   | <b>639</b>    | <b>184</b>    | <b>33</b>    | <b>165,5</b> | <b>3,53</b>  | <b>0,09</b>   | <b>12,7</b>  | <b>0,06</b>  |
|          | <b>Обед</b>                         |        |               |               |                |               |               |              |              |              |               |              |              |
| 119      | Суп с горохом,гречками и зеленью    | 250/15 | 10,1          | 6,1           | 31,5           | 221           | 40            | 31           | 79           | 2,9          | 0,49          | 0            | 0            |
| ТТК№11   | Котлета деревенская                 | 90     | 12            | 5,5           | 12,9           | 174           | 0             | 0            | 0            | 0            | 0             | 0            | 0            |
| 304      | Рис отварной                        | 150    | 3,7           | 6,3           | 28,5           | 185           | 1             | 19           | 62           | 0,52         | 0,03          | 0            | 0,03         |
| 377      | Чай с сахаром,лимоном               | 200/8  | 0,3           | 0,1           | 6,8            | 29            | 8             | 5            | 10           | 0,89         | 0             | 2,9          | 0            |
|          | Хлеб ржаной/батон                   | 25/25  | 3,5           | 1             | 22             | 110           | 0             | 0            | 0            | 0            | 0             | 0            | 0            |
|          | <b>Всего:</b>                       |        | <b>29,6</b>   | <b>19</b>     | <b>101,7</b>   | <b>719</b>    | <b>49</b>     | <b>55</b>    | <b>151</b>   | <b>4,31</b>  | <b>0,52</b>   | <b>2,9</b>   | <b>0,03</b>  |
|          | <b>Итого:</b>                       |        | <b>44,35</b>  | <b>45,35</b>  | <b>186,65</b>  | <b>1358</b>   | <b>233</b>    | <b>88</b>    | <b>316,5</b> | <b>7,84</b>  | <b>0,61</b>   | <b>15,6</b>  | <b>0,09</b>  |
|          | <b>Итого по меню:</b>               |        | <b>643,69</b> | <b>631,09</b> | <b>2355,29</b> | <b>17881</b>  | <b>3646,4</b> | <b>1984</b>  | <b>7039</b>  | <b>136,9</b> | <b>72,241</b> | <b>423,1</b> | <b>3,443</b> |
|          | <b>среднее за день</b>              |        | <b>46,0</b>   | <b>45,1</b>   | <b>168,2</b>   | <b>1277,2</b> | <b>260,5</b>  | <b>141,7</b> | <b>502,8</b> | <b>9,8</b>   | <b>5,2</b>    | <b>30,2</b>  | <b>0,2</b>   |