



25  
Директор МБУ «Дирекция по организации питания»  
И.С. Назаров

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБУ «Дирекция по организации питания»  
Е.В. Дороховой  
2026 г.  
25 марта

4-х недельное примерное рационное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на четвертую четверть 2025-2026 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

Канавинского района школы № 41, 51, 52, 55, 75, 96, 96ф, 109, 109ф, 110, 121, 167, 168, 168ф, 176, 181, гимназия №50

Ленинского района школы № 60, 62, 72, 91, 94, 97, 100, 101, 106, 120, 123, 138, 160, 175, 177, 182(1к), 182(2к), 185ф, гимназия №184, лицей №180

Московского района школы № 21, 64, 64ф, 66, 69, 70, 73, 74, 93, 115(1к), 115(2к), 118, 139, 146, 149, 172, 178, лицей №87, гимназия №67

Сормовского района школы № 9, 26, 27, 76, 77, 78, 79, 81, 84, 85, 117, 117ф, 141, 183ф, лицей №82

Нижегородского района школы № 3, 7, 14, 19, 22, 30, 33, 35, 42, 102, 103, 113, лицей №№ 8, 40, 40ф, гимназии №№1, 1ф, 13ф

Советского района школы № 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 151, 173, 188, 188ф, 189, гимназии №№25, 53, лицей №28ф

Приокского района № 11, 32, 34, 45, 48, 88, 88ф, 89, 132, 134, 135, 140, 152, 154, 174, гимназия №17

Автозаводского района №5, 6, 12, 15, 16, 16ф, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 111, 114, 119, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161, 169, 170, 171, 179, 190, лицей №№ 36, 165, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ рецептуры по Сборнику бланк 2015г.	Наименование блюда	Выход порции (г)	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)					Витамины (мг)			
			белки	жиры	углеводы	клетчатка		Са	Мг	Р	Fe	В <sub>1</sub>	С	А		
	<b>Первая неделя</b>															
	<b>Понедельник</b>															
	<b>Завтрак</b>															
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1		66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,00		
15	Сыр полужирный	25	5,7	7,3	0,0		88	250	14	150	0,25	0,01	0,18	0,07		
210	Омлет натуральный	150	13,9	14,4	3,4		199	124	20	245	2,59	0,06	0,73	0,11		
376	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8		55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0		21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00		
	Батон, витаминный с микроэлементами	26	2,0	0,5	14,9		73	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00		
	<b>Весов:</b>		<b>21,9</b>	<b>29,6</b>	<b>37,2</b>		<b>502</b>	<b>391</b>	<b>38</b>	<b>406</b>	<b>4,24</b>	<b>0,15</b>	<b>1,01</b>	<b>0,18</b>		
	<b>Обед</b>															
101	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами, зеленью	215	4,3	5,3	13,8		120	12	19	53	0,80	0,20	6,80	0,00		
265	Плов из говядины	150	8,6	8,6	25,7		214	11	31	73	1,20	0,70	0,10	0,00		
71	Оруды свежие (доп.гарнир)	55	0,4	0,1	1,4		8	12	8	23	0,30	0,01	55,00	0,00		
ТТК 89	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7		124	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0		69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00		
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/46	5,5	1,2	37,1		182	36	0	0	1,90	0,24	0,00	0,00		
	<b>Весов:</b>		<b>20,7</b>	<b>21,5</b>	<b>110,7</b>		<b>717</b>	<b>80</b>	<b>61</b>	<b>155</b>	<b>4,30</b>	<b>1,16</b>	<b>76,90</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Полдник</b>															
	Пицца домашняя	100	8,0	7,0	64,0		357	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0		49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00		
	<b>Весов:</b>		<b>8,2</b>	<b>7,1</b>	<b>76,0</b>		<b>406</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>4,5</b>	<b>0,0</b>		
	<b>Ужин</b>															
	<b>Вторник</b>															
	<b>Завтрак</b>															
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3		98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
ТТК 147	Каша молочная рисовая с маслом	150/5	4,0	6,1	22,8		163	113	23	113	0,30	0,04	1,20	0,20		
	Йогурт	100	2,8	2,8	11,5		82	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0		21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00		
	Батон, витаминный с микроэлементами	45	3,6	0,9	25,7		126	18	0	0	0,90	0,14	0,00	0,00		
	<b>Весов:</b>		<b>10,8</b>	<b>19,2</b>	<b>68,3</b>		<b>490</b>	<b>136</b>	<b>27</b>	<b>121</b>	<b>2,10</b>	<b>0,18</b>	<b>1,30</b>	<b>0,20</b>		
	<b>Обед</b>															
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	200	1,4	3,9	7,9		72	27	17	40	0,90	0,20	8,30	0,00		
ТТК117	Виточки с сыром	100	19,0	11,0	9,4		213	1	1	1	1,00	1,00	0,60	1,00		
309	Рожки отварные	150	5,4	4,9	27,9		178	6	8	35	0,80	0,10	0,00	0,00		
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	0,4	0,1	1,3		8	5	7	9	0,31	0,02	8,80	0,00		
	Печенье	20	1,6	3,2	13,0		88	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2		86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00		
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/31	4,3	0,9	28,5		140	30	0	0	1,60	0,19	0,00	0,00		
	<b>Весов:</b>		<b>33,2</b>	<b>24,0</b>	<b>101,2</b>		<b>785</b>	<b>102</b>	<b>54</b>	<b>114</b>	<b>5,31</b>	<b>1,51</b>	<b>18,60</b>	<b>1,00</b>		
	<b>Полдник</b>															
	Йогурт сладкое "Ярмарочное с варёной спущённой"	100	7,3	5,2	50,1		276	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00		
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0		21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00		
	<b>Весов:</b>		<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>		<b>297</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Ужин</b>															
	<b>Среда</b>															
	<b>Завтрак</b>															





376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<i>Всего:</i>		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<i>Много:</i>		49,8	50,4	224,0	1551	231	88	310	7,76	0,95	24,70	0,21
	Среды												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,00
291	Плов из филе индейки	150	8,0	12,8	34,0	283	17	27	76	1,20	0,22	3,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	0,4	0,1	1,3	8	5	7	9	0,31	0,02	8,80	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
245/1	Кофейный напиток быстрорастворимый	200	2,6	1,8	16,6	93	84	10	63	0,10	0,03	0,90	14,00
	Багон, витаминный с микроэлементами	28	2,2	0,6	16,0	78	11	0	0	0,56	0,09	0,00	0,00
	<i>Всего:</i>		13,8	23,1	81,7	590	142	57	166	5,27	0,36	26,70	14,00
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с зеленью	200	1,7	4,1	13,8	99	14	19	58	0,80	0,20	6,20	0,01
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,30	0,20	0,40	4,40
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,00	0,10	5,10	0,10
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,40	0,01	18,60	0,00
389	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/ Багон, витаминный с микроэлементами	25/22	3,6	0,7	23,4	115	27	0	0	1,40	0,16	0,00	0,00
	<i>Всего:</i>		26,7	32,4	102,0	804	176	104	343	5,80	0,67	30,40	4,51
	Полдник												
	Слобд Аппетитная с начинкой: фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<i>Всего:</i>		6,7	6,6	91,0	291	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<i>Много:</i>		47,2	62,1	274,7	1685	323	165	517	11,97	1,03	57,20	18,51
	Четверг												
	Завтрак												
204	Макаронны с сыром	180	10,2	13,5	29,0	278	121	19	131	0,80	0,06	0,00	0,00
	Творог для детского питания	100	7,6	4,2	11,1	113	85	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,00	0,00	7,60	0,00
	Багон, витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,2	85	12	0	0	0,60	0,10	0,00	0,00
	<i>Всего:</i>		20,2	18,3	85,3	588	221	19	137	1,40	0,15	7,60	0,00
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	200	4,7	4,4	15,7	122	23	26	70	1,60	0,30	4,80	0,00
ТТК116	Напиток "Классические"	100	22,2	8,9	12,2	217	1	1	1	1,00	1,00	0,60	1,00
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	185	1	12	62	0,50	0,00	0,00	0,00
71	Овощи свежие (доп.гарнир)	30	0,2	0,0	0,8	4	7	4	13	0,18	0,01	3,00	0,00
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,63	0,01	20,00	0,00
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/ Багон, витаминный с микроэлементами	25/27	4,0	0,8	26,2	129	29	0	0	1,50	0,18	0,00	0,00
	<i>Всего:</i>		35,5	20,7	103,0	741	71	46	149	5,41	1,50	28,40	1,00
	Полдник												
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<i>Всего:</i>		4,7	11,6	57,5	351	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	<i>Много:</i>		60,4	50,6	245,8	1680	297	69	294	7,7	1,7	36,1	1,0
	Пятница												
	Завтрак												
	Сыр плавленый	17,5	1,6	3,1	1,1	38	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 477	Бишпекс домашний	90	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,90	0,10	1,20	0,00
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,20	0,00	0,40	0,10

376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микроэлементами	44	3,5	0,9	25,2	123	18	0	0	0,88	0,14	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		17,2	23,8	61,7	529	76	47	142	3,88	0,24	1,70	0,10
	Обед												
11/2004	Борщ "Сибирский" с зеленью	200	0,9	4,9	7,8	81	26	15	34	1,00	0,15	7,30	0,01
278	Тертые мясные в соусе	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04
309	Рожки отварные	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,80	0,10	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/38	4,8	1,1	32,5	159	33	0	0	1,70	0,21	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		27,3	34,3	129,6	937	128	52	162	6,80	0,64	36,56	0,05
	Полдник												
	Нижегородская слоба с маком глазированной	100	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	<b>Всего:</b>		9,1	9,0	86,2	486	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	Ужин												
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,00
223	Запеканка из творога со стученным молоком	150/25	25,4	19,7	35,8	422	292	41	363	1,02	0,09	0,49	0,07
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микроэлементами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,40	0,06	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		27,8	28,0	66,0	627	330	58	389	5,42	0,15	14,59	0,07
	Обед												
ТТК 370	Суп сырный с грибами, зеленью	200/15	3,8	4,8	21,7	145	104	15	82	1,00	0,34	9,40	0,02
265	Плюс из говядины	150	8,6	8,6	25,7	214	11	31	73	1,20	0,70	0,10	0,00
101/2004	Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	0,6	2,4	3,9	39	16	7	15	0,40	0,02	4,80	0,00
	Вафли	20	0,8	7,0	10,8	110	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/44	5,3	1,2	36,0	176	36	0	0	1,90	0,23	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		19,3	24,1	108,2	725	172	57	178	5,40	1,29	14,40	0,02
	Полдник												
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<b>Всего:</b>		4,7	11,6	57,5	351	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Ужин												
	Вторник												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 147	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,7	6,6	22,5	168	124	27	127	0,50	0,08	1,30	0,20
	Йогурт	100	2,8	2,8	11,5	82	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микроэлементами	41	3,3	0,8	23,5	115	16	0	0	0,82	0,13	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		11,2	19,6	65,8	484	145	31	135	2,22	0,21	1,40	0,20
	Обед												
278/2022	Суп куриный с зеленью	200	1,8	2,4	9,4	77	13	21	56	0,72	0,32	0,08	0,01
259	Жаркое по-домашнему	150	9,3	9,7	14,0	182	17	34	70	1,80	0,30	6,20	0,00
ТТК 275	Калупста крапешная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,40	0,01	18,60	0,00





211/2022	Борщ "Краснодарский со сметаной, зеленью	205	1,5	5,4	7,7	85	29	16	38	0,90	0,20	15,00	0,03
271	Виточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Вермишель отварная	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,80	0,10	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	45	0,5	0,1	1,7	10	6	9	12	0,41	0,03	11,25	0,00
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микроутриентами/Вагон, витаминный с микроутриентами	25/29	4,1	0,9	27,4	134	30	0	0	1,60	0,18	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>26,0</b>	<b>23,2</b>	<b>98,6</b>	<b>708</b>	<b>109</b>	<b>60</b>	<b>161</b>	<b>8,71</b>	<b>0,81</b>	<b>40,35</b>	<b>0,03</b>
	Полдник												
	Нижгородская слобо с маком глазированной	100	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>9,1</b>	<b>9,0</b>	<b>86,2</b>	<b>486</b>	<b>33</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>
	Обед												
	<b>Итого:</b>		<b>48,3</b>	<b>49,0</b>	<b>262,4</b>	<b>1708</b>	<b>183</b>	<b>113</b>	<b>276</b>	<b>12,31</b>	<b>1,16</b>	<b>47,15</b>	<b>0,03</b>
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,00
223	Запеканка из творога со ступённым молоком	150/25	25,4	19,7	35,8	422	292	41	363	1,02	0,09	0,49	0,07
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Вагон, витаминный с микроутриентами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,40	0,06	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>27,8</b>	<b>28,0</b>	<b>66,0</b>	<b>627</b>	<b>330</b>	<b>58</b>	<b>389</b>	<b>5,42</b>	<b>0,15</b>	<b>14,59</b>	<b>0,07</b>
278/2022	Обед												
	Суп куриный с зеленью	200	1,8	2,4	9,4	77	13	21	56	0,72	0,32	0,08	0,01
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,30	0,20	0,40	4,40
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,00	0,10	5,10	0,10
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,40	0,01	18,60	0,00
	Вафли	20	0,8	7,0	10,8	110	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Хлеб полезный с микроутриентами/Вагон, витаминный с микроутриентами	25/30	4,2	0,9	28,5	137	30	0	0	1,60	0,18	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>26,5</b>	<b>31,7</b>	<b>104,7</b>	<b>818</b>	<b>182</b>	<b>105</b>	<b>339</b>	<b>5,12</b>	<b>0,82</b>	<b>39,18</b>	<b>4,51</b>
	Полдник												
	Плошка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>8,2</b>	<b>7,1</b>	<b>76,0</b>	<b>406</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>4,50</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>62,5</b>	<b>66,8</b>	<b>246,7</b>	<b>1851</b>	<b>523</b>	<b>171</b>	<b>737</b>	<b>10,74</b>	<b>0,97</b>	<b>58,27</b>	<b>4,58</b>
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 147	Каша молочная рисовая с маслом	150/5	4,0	6,1	22,8	163	113	23	113	0,30	0,04	1,20	0,20
	Йогурт	100	2,8	2,8	11,5	82	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Вагон, витаминный с микроутриентами	45	3,6	0,9	25,7	126	18	0	0	0,90	0,14	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>10,8</b>	<b>19,2</b>	<b>68,3</b>	<b>490</b>	<b>136</b>	<b>27</b>	<b>121</b>	<b>2,10</b>	<b>0,18</b>	<b>1,30</b>	<b>0,20</b>
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	200	4,7	4,4	15,7	122	23	26	70	1,60	0,30	4,80	0,00
ТТК 116	Нагетсы "Классические"	100	22,2	8,9	12,2	217	1	1	1	1,00	1,00	0,60	1,00
309	Рожки отварные	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,80	0,10	0,00	0,00
71	Орushi свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,24	0,01	4,00	0,00
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	Хлеб полезный с микроутриентами/Вагон, витаминный с микроутриентами	25/28	4,0	0,9	26,8	131	29	0	0	1,50	0,18	0,00	0,00

	<b>Всего:</b>		37,7	19,1	96,8	740	101	62	152	5,8	1,6	10,3	1,0
	Подлик												
	Изделие слоное "Ямарочное с варёной ступёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<b>Всего:</b>		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<b>Низзо:</b>		56,0	43,6	220,2	1527	242	93	281	8,84	1,77	11,70	1,20
	Питания												
	<b>Завтрак</b>												
ТТК 500	Шницель "Нежный"	90	15,0	12,2	11,9	219	9	29	72	1,20	0,20	0,30	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,20	0,00	0,40	0,10
	Фруктовое пюре	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Батон, витаминный с микроэлементами	31	2,5	0,6	17,7	87	12	0	0	0,60	0,10	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		21,6	19,2	63,1	514	75	67	181	3,9	0,3	3,6	0,1
	<b>Обед</b>												
ТТК 83	Суп Минестроне	200	2,4	4,2	10,8	90	114	126	342	0,58	0,27	28,00	0,30
285	Макароник с мясом	150	15,9	13,1	29,5	300	17	17	98	1,50	0,10	0,30	0,01
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Хлеб пшеницы с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/54	6,1	1,4	41,7	204	40	0	0	2,10	0,26	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		26,8	25,5	123,4	829	205	164	464	7,5	0,6	46,8	0,3
	<b>Полдник</b>												
	Слоба Алештиная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<b>Всего:</b>		6,7	6,6	91,0	291	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<b>Низзо:</b>		55,1	51,3	277,5	1634	285	235	653	12,26	0,93	50,50	0,42
	<b>Итого по меню:</b>		1060,6	1116,0	4922,6	33573	6613	2677	8797	216,0	22,60	732,5	48,94
	Среднее за день		53,0	55,8	246,1	1679	331	134	440	10,80	1,13	36,63	2,45

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