****

**Примерное 15-дневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

**для учащихся 1-4 кл, а также учащихся 1-4 кл с категорией ОВЗ и дети-инвалиды в общеобразовательных учреждениях г.Брянска**

**на период 2023-2024 учебного года**

Дата подписания « 28 » декабря 2023 г.

|  |
| --- |
| **Меню приготавливаемых блюд** |
| **Возрастная категория:** 7-11 лет |
| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Неделя 1** |
| **День 1** |
| Завтрак (1-я смена) | Филе цыплёнка тушёное | 45/45 | 14,04 | 7,56 | 2,97 | 136,08 | ТТК №48 |
| Макаронные изделия отварные | 170 | 6,29 | 5,61 | 33,49 | 209,10 | №256-2021г. |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,60 | №686-2004г. |
| Зефир | 46 | 0,46 | 0,00 | 37,26 | 151,80 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *531* | *26,11* | *16,17* | *100,97* | *654,58* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/5 | 1,90 | 5,70 | 8,08 | 97,85 | №88-2015г. |
| Котлета из свинины | 25 | 3,37 | 6,96 | 3,55 | 91,00 | №268-2015г. |
| Рис отварной | 110 | 2,68 | 3,94 | 26,90 | 153,78 | №304-2015г |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПР |
| *Итого за обед* | *610* | *9,73* | *16,88* | *62,57* | *448,23* |   |
| Обед (2-я смена) | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/5 | 1,90 | 5,70 | 8,08 | 97,85 | №88-2015г. |
| Котлета из свинины | 90 | 12,13 | 25,04 | 12,76 | 327,60 | №268-2015г. |
| Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г |
| Сок фруктовый | 200 | 0,55 | 0,20 | 25,00 | 104,00 | №389-2015г. |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *745* | *22,41* | *37,30* | *106,89* | *863,55* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 10/3/25 | 4,34 | 5,88 | 13,54 | 126,20 | №3-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Зефир | 46 | 0,46 | 0,00 | 37,26 | 151,80 | ПР |
| *Итого за полдник* | *284* | *4,87* | *5,90* | *65,80* | *338,00* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 141*** | ***35,84*** | ***33,05*** | ***163,54*** | ***1 102,81*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 029*** | ***27,28*** | ***43,20*** | ***172,69*** | ***1 201,55*** |  |

|  |
| --- |
| **День 2** |
| Завтрак (1-я смена) | Запеканка из творога с молоком сгущённым | 120/30 | 23,20 | 18,54 | 36,82 | 406,80 | №223-2015г. |
|  *или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с молоком сгущённым* | *140/23* | *16,85* | *15,31* | *47,78* | *396,78* | ТТК №23 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Фрукт свежий (яблоко) | 160 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 75,20 | №338-2015г |
| *Итого за завтрак* | *530* | *25,51* | *19,80* | *78,30* | *598,00* |   |
| *543* | *19,16* | *16,57* | *89,26* | *587,98* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп картофельный | 200 | 1,87 | 2,26 | 13,50 | 91,20 | №97-2015г. |
| Гуляш из свинины | 20/20 | 4,26 | 11,28 | 1,16 | 123,60 | №260-2015г. |
| Каша рассыпчатая гречневая | 90 | 5,16 | 3,66 | 23,18 | 146,25 | №302-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПР |
| *Итого за обед* | *550* | *13,08* | *17,47* | *61,88* | *466,65* |   |
| Обед (2-я смена) | Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,87 | 114,00 | №97-2015г. |
| Гуляш из свинины | 45/45 | 9,58 | 25,37 | 2,60 | 278,10 | №260-2015г. |
| Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | №302-2015г. |
| Напиток из варенья (ягода протёртая с сахаром) | 200 | 0,12 | 0,00 | 26,56 | 106,80 | №387-2015г. |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| Фрукт свежий (яблоко) | 160 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 75,20 | №338-2015г |
| *Итого за обед* | *900* | *25,46* | *35,92* | *124,71* | *942,25* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Запеканка из творога с молоком сгущённым | 60/15 | 11,60 | 9,27 | 18,41 | 203,40 | №223-2015г. |
|  *или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с молоком сгущённым* | *70/12* | *8,46* | *7,65* | *24,18* | *199,69* | ТТК №23 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| *Итого за полдник* | *275* | *11,67* | *9,29* | *33,41* | *263,40* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 080*** | ***38,59*** | ***37,27*** | ***140,17*** | ***1 064,65*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 175*** | ***37,13*** | ***45,21*** | ***158,12*** | ***1 205,65*** |  |

|  |
| --- |
| **День 3** |
| Завтрак (1-я смена) | Филе минтая запечённое | 90 | 15,84 | 5,58 | 3,42 | 127,80 | ТТК №16 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | №312-2015г. |
| Напиток лимонный | 200 | 0,10 | 0,00 | 25,20 | 96,00 | №699-2004г. |
| Вафля десертная | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 45 | 3,87 | 0,59 | 20,34 | 102,60 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *504* | *23,84* | *16,70* | *80,53* | *563,78* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 25 | 3,50 | 5,55 | 3,50 | 77,80 | ТТК №26 |
| Макаронные изделия отварные | 90 | 3,33 | 2,97 | 17,73 | 110,70 | №256-2021г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПР |
| *Итого за обед* | *590* | *11,07* | *13,96* | *59,51* | *412,75* |   |
| Обед (2-я смена) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 90 | 12,60 | 19,98 | 12,60 | 280,08 | ТТК №26 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,55 | 4,95 | 29,55 | 184,50 | №256-2021г. |
| Напиток ягодный (из клубники) | 200 | 0,10 | 0,00 | 21,60 | 87,00 | ТТК №89 |
| Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *735* | *24,05* | *30,86* | *97,39* | *769,23* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 15/5/30 | 5,92 | 8,95 | 16,27 | 171,60 | №3-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Пряник | 39 | 1,95 | 2,34 | 26,91 | 136,50 | ПР |
| *Итого за полдник* | *289* | *7,94* | *11,31* | *58,18* | *368,10* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 094*** | ***34,91*** | ***30,66*** | ***140,04*** | ***976,53*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 024*** | ***31,99*** | ***42,17*** | ***155,57*** | ***1 137,33*** |  |

|  |
| --- |
| **День 4** |
| Завтрак (1-я смена) | Гуляш из свинины | 60/60 | 12,77 | 33,83 | 3,47 | 370,80 | №260-2015г. |
| Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г |
| Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная) | 15 | 0,31 | 0,44 | 1,47 | 11,04 | №306-2015г. |
| Напиток ягодный (из клубники) | 200 | 0,10 | 0,00 | 21,60 | 87,00 | ТТК №89 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *505* | *18,55* | *39,90* | *72,26* | *724,14* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| Жаркое по-домашнему (свинина) | 20/50 | 4,92 | 11,80 | 6,63 | 153,20 | №259-2015г. |
| Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | №686-2004г. |
| Печенье "Чайное" | 12 | 0,91 | 1,30 | 8,54 | 49,56 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *569* | *10,93* | *18,58* | *56,93* | *450,16* |   |
| Обед (2-я смена) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| Жаркое по-домашнему (свинина) | 60/150 | 14,76 | 35,40 | 19,90 | 459,60 | №259-2015г. |
| Компот из кураги | 200 | 0,78 | 0,05 | 27,63 | 114,80 | №348-2015г. |
| Вафля | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПР |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *729* | *23,07* | *47,25* | *96,02* | *915,93* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 7/30 | 2,46 | 5,98 | 16,29 | 130,20 | №1-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Биойогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПР |
| *Итого за полдник* | *362* | *6,28* | *9,12* | *50,42* | *310,20* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 074*** | ***29,47*** | ***58,48*** | ***129,19*** | ***1 174,30*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 091*** | ***29,35*** | ***56,37*** | ***146,43*** | ***1 226,13*** |  |

|  |
| --- |
| **День 5** |
| Завтрак (1-я смена) | Котлета "Школьная" из свинины | 90 | 12,24 | 25,92 | 14,94 | 342,00 | ТТК №104 |
| Макароны отварные с сыром | 140/7/8 | 7,20 | 8,03 | 29,85 | 220,92 | №204-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПР |
| Биойогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *595* | *25,41* | *37,42* | *90,21* | *799,92* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 1,44 | 3,94 | 8,75 | 83,00 | №82-2015г. |
| Плов "Школьный" из филе бедра цыплят | 20/50 | 7,00 | 7,05 | 12,25 | 140,35 | ТТК №20 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 10 | 0,86 | 0,13 | 4,52 | 22,80 | ПР |
| *Итого на обед* | *480* | *9,37* | *11,14* | *40,52* | *306,15* |   |
| Обед (2-я смена) | Борщ со свежей капустой и картофелем | 250 | 1,80 | 4,92 | 10,93 | 103,75 | №82-2015г. |
| Плов "Школьный" из филе бедра цыплят | 50/125 | 17,50 | 17,63 | 30,63 | 350,88 | ТТК №20 |
| Кисель из варенья | 200 | 0,10 | 0,07 | 29,83 | 117,40 | №360-2015г. |
| Пряник | 39 | 1,95 | 2,34 | 26,91 | 136,50 | ПР |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *714* | *25,54* | *25,95* | *122,66* | *832,93* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 15/5/30 | 5,92 | 8,95 | 16,24 | 171,60 | №3-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Вафля десертная | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПР |
| *Итого за полдник* | *250* | *6,96* | *14,71* | *42,37* | *331,73* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 075*** | ***34,79*** | ***48,56*** | ***130,73*** | ***1 106,07*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***964*** | ***32,50*** | ***40,66*** | ***165,03*** | ***1 164,66*** |  |

|  |
| --- |
| **Неделя 2** |
| **День 1** |
| Завтрак (1-я смена) | Бутерброд с сыром | 25/5/30 | 8,24 | 11,90 | 16,27 | 208,00 | №3-2015г. |
| Каша вязкая молочная из пшённой крупы (или хлопья овсяные "Геркулес") с маслом сливочным | 200/5 | 8,16 | 6,97 | 40,03 | 256,00 | №173-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Груша свежая (порция) | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | №338-2015г |
| *Итого за завтрак* | *565* | *16,87* | *19,19* | *81,60* | *571,00* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,87 | 114,00 | №97-2015г. |
| Котлета "Дальневосточная" из минтая и свинины | 30 | 3,56 | 4,96 | 5,04 | 79,08 | ТТК №25 |
| Рис отварной | 100 | 2,43 | 3,58 | 24,46 | 139,80 | №304-2015г |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого на обед* | *610* | *10,99* | *11,78* | *74,93* | *461,28* |   |
| Обед (2-я смена) | Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,87 | 114,00 | №97-2015г. |
| Котлета "Дальневосточная" из минтая и свинины | 90 | 10,68 | 14,88 | 15,12 | 237,24 | ТТК №25 |
| Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г |
| Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная) | 15 | 0,31 | 0,44 | 1,47 | 11,04 | №306-2015г. |
| Сок фруктовый | 200 | 0,55 | 0,20 | 25,00 | 104,00 | №389-2015г. |
| Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *750* | *21,31* | *24,56* | *116,80* | *786,38* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 8/24 | 1,98 | 6,52 | 13,06 | 120,00 | №1-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Груша свежая (порция) | 70 | 0,28 | 0,21 | 7,21 | 32,90 | №338-2015г |
| *Итого за полдник* | *269* | *2,33* | *6,75* | *35,27* | *212,90* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 175*** | ***27,86*** | ***30,97*** | ***156,52*** | ***1 032,28*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 019*** | ***23,65*** | ***31,31*** | ***152,08*** | ***999,28*** |  |

|  |
| --- |
| **День 2** |
| Завтрак (1-я смена) | Котлета рубленая из бройлер-цыплят | 90 | 13,70 | 19,98 | 13,79 | 289,80 | №295-2015г. |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,66 | 5,94 | 35,46 | 221,40 | №256-2021г. |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,20 | №388-2015г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за завтрак* | 500 | 23,62 | 26,59 | 83,57 | 667,80 |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| Филе минтая запечённое | 25 | 4,40 | 1,55 | 0,95 | 35,50 | ТТК №16 |
| Пюре картофельное | 120 | 2,45 | 3,84 | 16,35 | 109,80 | №312-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *625* | *11,89* | *10,88* | *58,86* | *390,70* |   |
| Обед (2-я смена) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| Филе минтая запечённое | 90 | 15,84 | 5,58 | 3,42 | 127,80 | ТТК №16 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | №312-2015г. |
| Напиток из варенья (ягода протёртая с сахаром) | 200 | 0,12 | 0,00 | 26,56 | 106,80 | №387-2015г. |
| Печенье "Молочное" | 20 | 1,42 | 3,02 | 13,54 | 87,00 | ПР |
| Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *755* | *26,61* | *19,32* | *98,61* | *686,25* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 15/5/30 | 5,92 | 8,95 | 16,24 | 171,60 | №3-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Вафля | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПР |
| *Итого за полдник* | *310* | *6,96* | *14,71* | *42,37* | *331,73* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 125*** | ***35,50*** | ***37,47*** | ***142,42*** | ***1 058,50*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 065*** | ***33,57*** | ***34,03*** | ***140,98*** | ***1 017,98*** |  |

|  |
| --- |
| **День 3** |
| Завтрак (1-я смена) | Бутерброд с сыром мягким "Рикотта" с шоколадом | 20/20 | 2,60 | 3,20 | 15,40 | 100,60 | ТТК №110 |
| Салат из свеклы отварной\* | 40 | 0,56 | 2,40 | 3,30 | 37,12 | №52-2015г. |
| Плов "Школьный" из филе бедра цыплят | 50/125 | 17,50 | 17,63 | 30,63 | 350,88 | ТТК №20 |
| Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | №686-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,44 | 0,52 | 18,08 | 91,20 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *502* | *24,23* | *23,77* | *82,61* | *641,80* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 2,06 | 6,42 | 11,29 | 119,95 | №82-2015г. |
| Котлета из свинины | 25 | 3,37 | 6,96 | 3,55 | 91,00 | №268-2015г. |
| Каша рассыпчатая гречневая | 100 | 5,73 | 4,06 | 25,76 | 162,50 | №302-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *615* | *13,81* | *17,85* | *69,16* | *501,85* |   |
| Обед (2-я смена) | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 2,06 | 6,42 | 11,29 | 119,95 | №82-2015г. |
| Котлета из свинины | 100 | 13,48 | 27,82 | 14,18 | 364,00 | №268-2015г. |
| Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | №302-2015г. |
| Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) | 15 | 0,43 | 0,41 | 0,87 | 8,88 | №306-2015г. |
| Напиток лимонный | 200 | 0,10 | 0,00 | 25,20 | 96,00 | №699-2004г. |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *775* | *28,85* | *41,73* | *114,54* | *956,98* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром мягким "Рикотта" с шоколадом | 15/25 | 2,70 | 2,70 | 17,00 | 103,00 | ТТК №110 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Зефир | 46 | 0,46 | 0,00 | 37,26 | 151,80 | ПР |
| *Итого за полдник* | *286* | *3,23* | *2,72* | *69,26* | *314,80* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 117*** | ***38,05*** | ***41,62*** | ***151,77*** | ***1 143,65*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 061*** | ***32,08*** | ***44,45*** | ***183,80*** | ***1 271,78*** |  |

|  |
| --- |
| **День 4** |
| Завтрак (1-я смена) | Запеканка из творога с молоком сгущённым | 120/30 | 23,20 | 18,54 | 36,82 | 406,80 | №223-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Батон | 25 | 2,00 | 0,75 | 13,50 | 70,00 | ПР |
| Биойогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *500* | *29,02* | *22,44* | *84,44* | *656,80* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,54 | 148,25 | №102-2015г. |
| Филе цыплёнка тушёное | 15/15 | 4,68 | 2,52 | 0,99 | 45,36 | ТТК №48 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 4,81 | 4,29 | 25,61 | 159,90 | №256-2021г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *640* | *17,63* | *12,49* | *71,70* | *481,91* |   |
| Обед (2-я смена) | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,54 | 148,25 | №102-2015г. |
| Филе цыплёнка тушёное | 45/45 | 14,04 | 7,56 | 2,97 | 136,08 | ТТК №48 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,55 | 4,95 | 29,55 | 184,50 | №256-2021г. |
| Кисель из варенья | 200 | 0,10 | 0,07 | 29,83 | 117,40 | №360-2015г. |
| Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| Фрукт свежий (яблоко) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | №338-2015г |
| *Итого за обед* | *855* | *29,44* | *19,17* | *112,31* | *753,03* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 7/30 | 2,46 | 5,98 | 16,29 | 130,20 | №1-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Биойогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПР |
| *Итого за полдник* | *362* | *6,28* | *9,12* | *50,42* | *310,20* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 140*** | ***46,65*** | ***34,93*** | ***156,14*** | ***1 138,71*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 217*** | ***35,72*** | ***28,29*** | ***162,73*** | ***1 063,23*** |  |

|  |
| --- |
| **День 5** |
| Завтрак (1-я смена) | Гуляш из свинины | 50/50 | 10,64 | 28,19 | 2,89 | 309,00 | №260-2015г. |
| Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | №302-2015г. |
| Сок фруктовый | 200 | 0,55 | 0,20 | 25,00 | 104,00 | №389-2015г. |
| Бисквит "Солнышко" | 35 | 2,24 | 0,21 | 26,95 | 118,65 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 1,29 | 0,20 | 6,78 | 34,20 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *500* | *23,32* | *34,89* | *100,26* | *809,60* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 20 | 2,80 | 4,44 | 2,80 | 62,24 | ТТК №26 |
| Рис отварной | 100 | 2,43 | 3,58 | 24,46 | 139,80 | №304-2015г |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПР |
| *Итого за обед* | *590* | *9,04* | *13,39* | *63,28* | *414,89* |   |
| Обед (2-я смена) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 90 | 12,60 | 19,98 | 12,60 | 280,08 | ТТК №26 |
| Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г |
| Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | №686-2004г. |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *747* | *22,58* | *31,45* | *100,82* | *783,43* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Сок фруктовый | 200 | 0,55 | 0,20 | 25,00 | 104,00 | №389-2015г. |
| Бисквит "Солнышко" | 47 | 3,01 | 0,28 | 36,19 | 159,33 | ПР |
| *Итого за полдник* | *247* | *3,56* | *0,48* | *61,19* | *263,33* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 090*** | ***32,36*** | ***48,28*** | ***163,54*** | ***1 224,49*** |   |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***994*** | ***26,14*** | ***31,94*** | ***162,01*** | ***1 046,76*** |  |

|  |
| --- |
| **Неделя 3** |
| **День 1** |
| Завтрак (1-я смена) | Омлет натуральный | 105 | 10,70 | 11,95 | 1,91 | 158,00 | №210-2015г. |
| Макаронные изделия отварные | 160 | 5,92 | 5,28 | 31,52 | 196,80 | №256-2021г. |
| Какао с молоком и витаминами | 200 | 3,90 | 3,10 | 25,60 | 145,00 | №502-2021г. |
| Вафли десертные | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *504* | *23,21* | *26,33* | *79,20* | *645,53* |   |
| Завтрак (1-я смена) 2-й вариант | Яйцо варёное | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | №209-2015г. |
| Филе цыплёнка запечённое | 50 | 17,20 | 3,80 | 6,60 | 129,15 | ТТК №18 |
| Макаронные изделия отварные | 190 | 7,03 | 6,27 | 37,43 | 233,70 | №256-2021г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПР |
| *Итого за завтрак (2-й вариант)* | *500* | *31,10* | *14,95* | *68,35* | *531,45* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп картофельный | 200 | 1,87 | 2,26 | 13,50 | 91,20 | №97-2015г. |
| Плов из свинины | 25/50 | 6,31 | 14,09 | 12,95 | 204,00 | №265-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПР |
| *Итого за обед* | *495* | *9,97* | *16,63* | *50,48* | *400,80* |   |
| Обед (2-я смена) | Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,87 | 114,00 | №97-2015г. |
| Плов из свинины | 60/120 | 15,14 | 33,80 | 31,07 | 489,60 | №265-2015г. |
| Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная) | 20 | 0,41 | 0,58 | 1,96 | 14,72 | №306-2015г. |
| Напиток лимонный | 200 | 0,10 | 0,00 | 25,20 | 96,00 | №699-2004г. |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *700* | *22,18* | *38,20* | *99,46* | *838,72* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 8/24 | 1,98 | 6,52 | 13,06 | 120,00 | №1-2015г. |
| Какао с молоком и витаминами | 200 | 3,90 | 3,10 | 25,60 | 145,00 | №502-2021г. |
| Вафля десертная | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПР |
| *Итого за полдник* | *251* | *6,85* | *15,36* | *49,80* | *365,13* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***999*** | ***33,18*** | ***42,96*** | ***129,69*** | ***1 046,33*** |   |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***951*** | ***29,03*** | ***53,56*** | ***149,25*** | ***1 203,85*** |  |

|  |
| --- |
| **День 2** |
| Завтрак (1-я смена) | Котлета из свинины | 100 | 13,48 | 27,82 | 14,18 | 364,00 | №268-2015г. |
| Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г. |
| Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) | 30 | 0,87 | 0,82 | 1,74 | 17,76 | №306-2015г. |
| Напиток ягодный (из клубники) | 200 | 0,10 | 0,00 | 21,60 | 87,00 | ТТК №89 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *500* | *19,82* | *34,27* | *83,24* | *724,06* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| Филе минтая запечённое | 25 | 4,40 | 1,55 | 0,95 | 35,50 | ТТК №16 |
| Пюре картофельное | 120 | 2,45 | 3,84 | 16,35 | 109,80 | №312-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *625* | *11,89* | *10,88* | *58,86* | *390,70* |   |
| Обед (2-я смена) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| Филе минтая запечённое | 90 | 15,84 | 5,58 | 3,42 | 127,80 | ТТК №16 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | №312-2015г. |
| Напиток из варенья (ягода протёртая с сахаром) | 200 | 0,12 | 0,00 | 26,56 | 106,80 | №387-2015г. |
| Печенье "Молочное" | 20 | 1,42 | 3,02 | 13,54 | 87,00 | ПР |
| Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *755* | *26,61* | *19,32* | *98,61* | *686,25* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 10/3/25 | 4,34 | 5,88 | 13,54 | 126,20 | №3-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Зефир | 46 | 0,46 | 0,00 | 37,26 | 151,80 | ПР |
| *Итого за полдник* | *284* | *4,87* | *5,90* | *65,80* | *338,00* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 125*** | ***31,70*** | ***45,15*** | ***142,10*** | ***1 114,76*** |   |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 039*** | ***31,48*** | ***25,22*** | ***164,41*** | ***1 024,25*** |  |

|  |
| --- |
| **День 3** |
| Завтрак (1-я смена) | Жаркое по-домашнему (свинина) | 50/125 | 12,30 | 29,50 | 16,58 | 383,00 | №259-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПР |
| Апельсин свежий (порция) | 120 | 1,08 | 0,24 | 9,72 | 51,60 | №338-2015г |
|  *или фрукт свежий (мандарин)* | *100* | *0,80* | *0,20* | *7,50* | *38,00* | №338-2015г |
| *Итого за завтрак* | *520* | *15,60* | *30,09* | *52,60* | *551,60* |   |
| *500* | *15,32* | *30,05* | *50,38* | *538,00* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/4 | 1,52 | 4,56 | 6,47 | 78,28 | №88-2015г. |
| Котлета рубленая из бройлер-цыплят | 25 | 3,81 | 5,55 | 3,83 | 80,50 | №295-2015г. |
| Макаронные изделия отварные | 100 | 3,70 | 3,30 | 19,70 | 123,00 | №256-2021г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПР |
| *Итого за обед* | *554* | *11,24* | *13,76* | *56,30* | *398,78* |   |
| Обед (2-я смена) | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/5 | 1,90 | 5,70 | 8,08 | 97,85 | №88-2015г. |
| Котлета рубленая из бройлер-цыплят | 90 | 13,70 | 19,98 | 13,79 | 289,80 | №295-2015г. |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,55 | 4,95 | 29,55 | 184,50 | №256-2021г. |
| Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | №686-2004г. |
| Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *747* | *25,05* | *31,49* | *88,28* | *744,55* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Пряник | 39 | 1,95 | 2,34 | 26,91 | 136,50 | ПР |
| Апельсин свежий (порция) | 120 | 1,08 | 0,24 | 9,72 | 51,60 | №338-2015г |
|  *или фрукт свежий (мандарин)* | *100* | *0,80* | *0,20* | *7,50* | *38,00* | №338-2015г |
| *Итого за полдник* | *359* | *3,10* | *2,60* | *51,63* | *248,10* |   |
| *339* | *2,82* | *2,56* | *49,41* | *234,50* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 074*** | ***26,84*** | ***43,84*** | ***108,90*** | ***950,38*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 106*** | ***28,15*** | ***34,09*** | ***139,91*** | ***992,65*** |  |

|  |
| --- |
| **День 4** |
| Завтрак (1-я смена) | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 90 | 12,60 | 19,98 | 12,60 | 280,08 | ТТК №26 |
| Капуста тушёная свежая  | 150 | 3,10 | 4,86 | 14,14 | 112,65 | №321-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Бисквит "Солнышко" | 30 | 1,92 | 0,18 | 23,10 | 101,70 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *500* | *20,27* | *25,43* | *78,40* | *622,83* |  |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| Гуляш из свинины | 15/15 | 3,19 | 8,46 | 0,87 | 92,70 | №260-2015г. |
| Каша рассыпчатая гречневая | 110 | 6,31 | 4,47 | 28,34 | 178,75 | №302-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПР |
| *Итого за обед* | *615* | *13,73* | *18,36* | *67,48* | *495,70* |   |
| Обед (2-я смена) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| Гуляш из свинины | 45/45 | 9,58 | 25,37 | 2,60 | 278,10 | №260-2015г. |
| Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | №302-2015г. |
| Напиток ягодный (из клубники) | 200 | 0,10 | 0,00 | 21,60 | 87,00 | ТТК №89 |
| Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| Фрукт свежий (яблоко) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | №338-2015г |
| *Итого за обед* | *855* | *24,55* | *37,87* | *108,24* | *882,90* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 7/30 | 2,46 | 5,98 | 16,29 | 130,20 | №1-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Биойогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПР |
| *Итого за полдник* | *362* | *6,28* | *9,12* | *50,42* | *310,20* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 115*** | ***34,00*** | ***43,79*** | ***145,88*** | ***1 118,53*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 217*** | ***30,83*** | ***46,99*** | ***158,66*** | ***1 193,10*** |  |

|  |
| --- |
| **День 5** |
| Завтрак (1-я смена) | Плов из свинины | 60/120 | 15,14 | 33,80 | 31,07 | 489,60 | №265-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Печенье "Молочное" | 10 | 0,71 | 1,51 | 6,77 | 43,50 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 1,29 | 0,20 | 6,78 | 34,20 | ПР |
| Биойогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПР |
| *Итого за завтрак* | *530* | *20,96* | *38,65* | *78,74* | *747,30* |   |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 1,93 | 5,67 | 11,11 | 111,85 | №82-2015г. |
| Биточки рыбные "по-домашнему" из минтая | 30 | 3,76 | 2,28 | 4,48 | 53,60 | ТТК №22 |
| Картофель тушёный по-домашнему | 100 | 1,70 | 3,50 | 12,80 | 89,40 | ТТК №13 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
|  | *615* | *10,04* | *11,86* | *56,95* | *383,25* |   |
| Обед (2-я смена) | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 1,93 | 5,67 | 11,11 | 111,85 | №82-2015г. |
| Биточки рыбные "по-домашнему" из минтая | 90 | 11,28 | 6,84 | 13,44 | 160,80 | ТТК №22 |
| Картофель тушёный по-домашнему | 150 | 2,55 | 5,25 | 19,20 | 134,10 | ТТК №13 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,20 | №388-2015г. |
| Бисквит "Солнышко" | 35 | 2,24 | 0,21 | 26,95 | 118,65 | ПР |
| Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПР |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПР |
| *Итого за обед* | *780* | *22,86* | *19,24* | *115,82* | *738,00* |   |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 15/5/30 | 5,92 | 8,95 | 16,27 | 171,60 | №3-2015г. |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| Пряник | 39 | 1,95 | 2,34 | 26,91 | 136,50 | ПР |
| *Итого за полдник* | *269* | *7,94* | *11,31* | *58,18* | *368,10* |   |
| ***Итого за день (1-я смена)*** | ***1 145*** | ***31,01*** | ***50,51*** | ***135,70*** | ***1 130,55*** |  |
| ***Итого за день (2-я смена)*** | ***1 049*** | ***30,80*** | ***30,55*** | ***174,00*** | ***1 106,10*** |  |
| **Среднее значение за период (1-я смена)** | **1 105** | **34,05** | **41,84** | **142,42** | **1 092,17** |  |
| **Среднее значение за период (2-я смена)** | **1 067** | **30,65** | **39,20** | **159,04** | **1 123,62** |  |
| \*для исполнения норм Методических рекомендаций к организации общественного питания населения п.7.2.13 МР 2.3.6.0233-21 в общеобразовательных организациях с 1 марта приготовление салатов и холодных закусок из сырых овощей допускается только из овощей нового урожая; овощи прошлогоднего урожая могут использоваться после прохождения тепловой обработки. |
| **Составлено на основании:** |
|    Единого сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я.Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.; |
|     Сборника технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015. – 544 с.; |
|     Химический состав и калорийность российских пищевых продуктов: Справочник / В. А. Тутельян. – М.: ДеЛи плюс, 2012. – 284 с.; |
|     Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюда и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной. – М.: «Хлебпродинформ», 2004. – 640 с.; |
|     Технико-технологических карт на разработанные блюд. |