

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_

расшифровка

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2026 год



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор АО "Комбинат питания г.Дзержинска"

\_\_\_\_\_ Кузнецов О.В.

" 05 " *февраль* \_\_\_\_\_ 2026 год

#### ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г.Дзержинска

№ 3, 6, 9, 16, 18, 29, 33, 34, 40, 70, 71

с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по адаптированной программе  
на 2025-2026 учебный год  
(возраст 7-11 лет)

Меню разработано на основе Сборника рецептов для общеобразовательных школ 2017г. (под ред.Могильного и Тутельяна), Сборник технологических нормативов по производству мучных кондитерских и булочных изделий 1999г., Сборник химический состав блюд и кулинарных изделий 1994г., Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области 2013 г. (под ред.В.Т.Лапшиной:Хлебпродинформ), Технологических карт (ТТК) АО "Комбинат питания г.Дзержинска



ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ с 7 до 11 лет ОВЗ с 09.02.2026г.

| № рец   | Наименование блюда                              | выход  | Пищевые  |       |          |         | Минеральные |        |        |       | Витамины |       |       |      |
|---------|-------------------------------------------------|--------|----------|-------|----------|---------|-------------|--------|--------|-------|----------|-------|-------|------|
|         |                                                 |        | вещества |       |          |         | вещества    |        |        |       |          |       |       |      |
|         |                                                 |        | белки    | жиры  | углеводы | ккал    | Са          | Mg     | P      | Fe    | B1       | C     | A     | E    |
| 1       | 2                                               | 3      | 4        | 5     | 6        | 7       | 8           | 9      | 10     | 11    | 12       | 13    | 14    | 15   |
|         | ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ                                   |        |          |       |          |         |             |        |        |       |          |       |       |      |
| ЗАВТРАК | ПОНЕДЕЛЬНИК                                     |        |          |       |          |         |             |        |        |       |          |       |       |      |
|         | Молочный коктейль фасованный                    | 200    | 2,80     | 2,50  | 9,60     | 77,30   | 14,00       | 8,00   | 14,00  | 2,80  | 0,02     | 4,00  | 0,00  | 0,20 |
|         | Кондитерское изделие промышленного производства | 19     | 1,39     | 3,93  | 9,25     | 78,03   | 0,00        | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00 |
| №308/13 | Омлет с сыром                                   | 70     | 8,50     | 10,80 | 1,20     | 157,65  | 42,00       | 7,00   | 91,00  | 1,00  | 0,03     | 0,00  | 0,10  | 1,80 |
| ТТК     | Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным      | 200/5  | 6,40     | 12,95 | 33,70    | 278,00  | 129,00      | 38,00  | 162,00 | 1,70  | 0,11     | 1,30  | 0,05  | 0,38 |
| №581/13 | Кофейный напиток на молоке                      | 200    | 3,16     | 2,67  | 15,95    | 101,00  | 125,80      | 13,90  | 90,00  | 0,13  | 0,04     | 1,30  | 20,00 | 0,00 |
| ТТК     | Батон витаминный с микронутриентами             | 40     | 3,20     | 0,80  | 22,80    | 112,00  | 15,60       | 13,20  | 34,80  | 0,80  | 0,13     | 0,00  | 0,00  | 0,52 |
| ТТК     | Хлеб ржаной                                     | 20     | 1,40     | 0,20  | 8,60     | 42,00   | 14,00       | 14,10  | 47,40  | 0,78  | 0,07     | 0,00  | 0,00  | 0,21 |
|         | Итого за завтрак                                | 754    | 26,85    | 33,85 | 101,10   | 845,98  | 340,40      | 94,20  | 439,20 | 7,21  | 0,40     | 6,60  | 20,15 | 3,11 |
| ОБЕД    |                                                 |        |          |       |          |         |             |        |        |       |          |       |       |      |
| №165/13 | Суп картофельный с бобовыми, с мясом            | 10/250 | 10,60    | 12,10 | 18,60    | 173,00  | 50,00       | 38,00  | 139,00 | 1,90  | 0,16     | 6,00  | 0,21  | 0,30 |
| №402/13 | Тефтели в соусе                                 | 75/50  | 16,10    | 13,00 | 8,30     | 195,00  | 10,00       | 12,50  | 96,30  | 1,25  | 0,05     | 1,25  | 0,00  | 3,75 |
| №469/13 | Макаронные изделия отварные                     | 180    | 6,30     | 8,70  | 33,70    | 239,00  | 11,00       | 7,00   | 36,00  | 0,80  | 0,06     | 0,00  | 0,03  | 0,80 |
| №73/17  | Икра кабачковая д/г                             | 90     | 0,90     | 4,80  | 7,30     | 90,00   | 2,10        | 1,40   | 4,50   | 0,02  | 0,01     | 0,20  | 0,00  | 0,20 |
| №389/17 | Сок                                             | 200    | 1,40     | 0,20  | 26,40    | 120,00  | 14,00       | 8,00   | 14,00  | 2,80  | 0,02     | 4,00  | 0,00  | 0,20 |
| ТТК     | Хлеб ржаной                                     | 30     | 2,10     | 0,30  | 12,90    | 84,00   | 28,00       | 21,15  | 71,10  | 1,56  | 0,14     | 0,00  | 0,00  | 0,42 |
| ТТК     | Батон витаминный с микронутриентами             | 30     | 2,37     | 2,01  | 11,97    | 56,00   | 7,80        | 6,60   | 17,40  | 0,40  | 0,07     | 0,00  | 0,00  | 0,26 |
|         | Итого за обед                                   | 915    | 39,77    | 41,11 | 119,17   | 957,00  | 122,90      | 94,65  | 378,30 | 8,73  | 0,51     | 11,45 | 0,24  | 5,93 |
| ПОЛДНИК |                                                 |        |          |       |          |         |             |        |        |       |          |       |       |      |
|         | Мармелад фруктово-ягодный                       | 30     | 0,18     | 0,00  | 24,30    | 97,80   | 13,00       | 3,00   | 3,00   | 1,00  | 0,01     | 3,00  | 0,16  | 0,00 |
| №633/13 | Булочка с сыром                                 | 100    | 6,9      | 12,1  | 54       | 368,8   | 24,00       | 13,30  | 61,30  | 0,80  | 0,10     | 5,30  | 0,02  | 0,14 |
| №376/17 | Чай с сахаром                                   | 200    | 0,07     | 0,02  | 15,00    | 60,00   | 11,10       | 1,40   | 2,80   | 0,28  | 0,00     | 0,03  | 0,00  | 0,00 |
|         | Итого за полдник                                | 330    | 7,15     | 12,12 | 93,30    | 526,60  | 48,10       | 17,70  | 67,10  | 2,08  | 0,11     | 8,33  | 0,18  | 0,14 |
|         | ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                  | 1999   | 73,77    | 87,08 | 313,57   | 2329,58 | 511,40      | 206,55 | 884,60 | 18,02 | 1,02     | 26,38 | 20,57 | 9,18 |
| № рец   | Наименование блюда                              | выход  | Пищевые  |       |          |         | Минеральные |        |        |       | Витамины |       |       |      |
|         |                                                 |        | вещества |       |          |         | вещества    |        |        |       |          |       |       |      |
|         |                                                 |        | белки    | жиры  | углеводы | ккал    | Са          | Mg     | P      | Fe    | B1       | C     | A     | E    |
| 1       | 2                                               | 3      | 4        | 5     | 6        | 7       | 8           | 9      | 10     | 11    | 12       | 13    | 14    | 15   |
| ЗАВТРАК | ВТОРНИК                                         |        |          |       |          |         |             |        |        |       |          |       |       |      |
| №338/17 | Фрукт свежий                                    | 150    | 0,60     | 0,60  | 14,70    | 78,00   | 35,00       | 11,00  | 17,00  | 0,10  | 0,06     | 38,00 | 0,00  | 0,20 |
|         | Батончик злаковый с витаминами                  | 25     | 1,25     | 1,25  | 16,00    | 80,00   | 0,00        | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00 |
| №271/17 | Котлеты домашние с соусом                       | 75/25  | 15       | 19,8  | 11,8     | 286     | 25          | 34     | 126    | 1,7   | 0,13     | 0,7   | 0,03  | 3,6  |
| №457/13 | Каша гречневая рассыпчатая                      | 180    | 10,2     | 7,6   | 46,4     | 294     | 16,8        | 162    | 242    | 5,4   | 0,25     | 0     | 0,04  | 0,7  |
| №582/13 | Какао витаминизированное с молоком              | 200    | 2,90     | 2,50  | 24,80    | 132,00  | 121,00      | 14,00  | 90,00  | 1,00  | 0,04     | 8,10  | 0,01  | 0,00 |
| ТТК     | Батон витаминный с микронутриентами             | 40     | 3,20     | 0,80  | 22,80    | 112,00  | 15,60       | 13,20  | 34,80  | 0,80  | 0,13     | 0,00  | 0,00  | 0,52 |
| ТТК     | Хлеб ржаной                                     | 20     | 1,40     | 0,20  | 8,60     | 42,00   | 14,00       | 14,10  | 47,40  | 0,78  | 0,07     | 0,00  | 0,00  | 0,21 |



|          |                                                                         |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |       |       |       |
|----------|-------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------|----------|---------|-------------|--------|---------|-------|----------|-------|-------|-------|
|          | Итого за завтрак                                                        | 665       | 34,55    | 32,75 | 145,10   | 1024,00 | 227,40      | 248,30 | 557,20  | 9,78  | 0,68     | 46,80 | 0,08  | 5,23  |
| ОБЕД     |                                                                         |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |       |       |       |
| №153/13  | Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной                           | 10/250/10 | 8,50     | 9,20  | 17,20    | 192,00  | 34,00       | 27,00  | 79,00   | 1,00  | 0,09     | 8,00  | 0,21  | 0,20  |
| ТТК      | Рагу из мяса                                                            | 200       | 11,68    | 30,06 | 17,20    | 378,00  | 174,00      | 17,00  | 132,00  | 2,40  | 0,09     | 5,10  | 0,00  | 1,40  |
| ТТК      | Капуста квашеная д/г                                                    | 70        | 0,84     | 0,07  | 2,10     | 16,10   | 85,26       | 19,42  | 59,80   | 0,71  | 0,06     | 4,88  | 0,00  | 47,86 |
| № 349/17 | Компот из сухофруктов                                                   | 200       | 0,70     | 0,09  | 32,00    | 113,00  | 32,40       | 16,80  | 36,80   | 0,70  | 0,01     | 0,72  | 0,00  | 0,51  |
| ТТК      | Хлеб ржаной                                                             | 30        | 2,10     | 0,30  | 12,90    | 84,00   | 28,00       | 21,15  | 71,10   | 1,56  | 0,14     | 0,00  | 0,00  | 0,42  |
| ТТК      | Батон витаминный с микронутриентами                                     | 30        | 2,37     | 2,01  | 11,97    | 56,00   | 7,80        | 6,60   | 17,40   | 0,40  | 0,07     | 0,00  | 0,00  | 0,26  |
|          | Итого за обед                                                           | 800       | 26,19    | 41,73 | 93,37    | 839,10  | 361,46      | 107,97 | 396,10  | 6,77  | 0,37     | 18,70 | 0,21  | 50,65 |
| ПОЛДНИК  |                                                                         |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |       |       |       |
| ТТК      | Рогалик с вареным сгущенным молоком                                     | 100       | 6,60     | 11,20 | 41,10    | 212,00  | 11,20       | 8,00   | 36,80   | 0,48  | 0,06     | 3,20  | 0,01  | 0,08  |
| №346/17  | Напиток цитрусовый                                                      | 200       | 0,50     | 0,10  | 28,00    | 115,00  | 8,00        | 5,00   | 10,00   | 1,00  | 0,00     | 3,00  | 0,00  | 0,00  |
|          | Итого за полдник                                                        | 300       | 7,10     | 11,30 | 69,10    | 327,00  | 19,20       | 13,00  | 46,80   | 1,48  | 0,06     | 6,20  | 0,01  | 0,08  |
|          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                          | 1765      | 67,84    | 85,78 | 307,57   | 2190,10 | 608,06      | 369,27 | 1000,10 | 18,03 | 1,11     | 71,70 | 0,30  | 55,96 |
| № рец    | Наименование блюда                                                      | выход     | Пищевые  |       |          |         | Минеральные |        |         |       | Витамины |       |       |       |
|          |                                                                         |           | вещества |       |          |         | вещества    |        |         |       |          |       |       |       |
|          |                                                                         |           | белки    | жиры  | углеводы | ккал    | Ca          | Mg     | P       | Fe    | B1       | C     | A     | E     |
| 1        | 2                                                                       | 3         | 4        | 5     | 6        | 7       | 8           | 9      | 10      | 11    | 12       | 13    | 14    | 15    |
| ЗАВТРАК  | СРЕДА                                                                   |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |       |       |       |
| №338/17  | Фрукт свежий                                                            | 180       | 0,72     | 0,72  | 17,70    | 94,00   | 35,00       | 11,00  | 17,00   | 0,10  | 0,06     | 38,00 | 0,00  | 0,20  |
|          | Батончик злаковый с витаминами                                          | 25        | 1,25     | 1,25  | 16,00    | 80,00   | 0,00        | 0,00   | 0,00    | 0,00  | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00  |
| ТТК      | Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком                   | 180/20    | 23,04    | 10,33 | 41,64    | 351,00  | 237,00      | 41,00  | 361,00  | 2,00  | 0,10     | 0,00  | 0,18  | 1,00  |
| №376/17  | Чай с сахаром                                                           | 200       | 0,07     | 0,02  | 15,00    | 60,00   | 11,10       | 1,40   | 2,80    | 0,28  | 0,00     | 0,03  | 0,00  | 0,00  |
| ТТК      | Батон витаминный с микронутриентами                                     | 40        | 3,20     | 0,80  | 22,80    | 112,00  | 15,60       | 13,20  | 34,80   | 0,80  | 0,13     | 0,00  | 0,00  | 0,52  |
| ТТК      | Хлеб ржаной                                                             | 20        | 1,40     | 0,20  | 8,60     | 42,00   | 14,00       | 14,10  | 47,40   | 0,78  | 0,07     | 0,00  | 0,00  | 0,21  |
|          | Итого за завтрак                                                        | 665       | 29,68    | 13,32 | 121,74   | 739,00  | 312,70      | 80,70  | 463,00  | 3,96  | 0,36     | 38,03 | 0,18  | 1,93  |
| ОБЕД     |                                                                         |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |       |       |       |
| №166/13  | Суп картофельный с макаронными изделиями (звездочки), с куриной грудкой | 15/250    | 8,26     | 8,74  | 19,70    | 193,00  | 42,60       | 21,80  | 75,00   | 0,92  | 0,06     | 10,30 | 15,18 | 2,44  |
| №440/13  | Плов из мяса                                                            | 200       | 22,90    | 22,80 | 46,90    | 432,00  | 23,00       | 49,00  | 263,00  | 4,00  | 0,08     | 1,30  | 0,20  | 4,30  |
| ТТК      | Кукуруза консервированная д/г                                           | 50        | 1,44     | 0,30  | 4,95     | 29,00   | 1,50        | 6,50   | 14,10   | 0,10  | 0,08     | 2,40  | 1,30  | 1,10  |
| ТТК      | Напиток из свежемороженых ягод                                          | 200       | 0,20     | 0,10  | 26,70    | 115,00  | 8,00        | 4,00   | 6,00    | 0,60  | 0,02     | 20,00 | 0,00  | 0,20  |
| ТТК      | Хлеб ржаной                                                             | 30        | 2,10     | 0,30  | 12,90    | 84,00   | 28,00       | 21,15  | 71,10   | 1,56  | 0,14     | 0,00  | 0,00  | 0,42  |
| ТТК      | Батон витаминный с микронутриентами                                     | 30        | 2,37     | 2,01  | 11,97    | 56,00   | 7,80        | 6,60   | 17,40   | 0,40  | 0,07     | 0,00  | 0,00  | 0,26  |
|          | Итого за обед                                                           | 775       | 37,27    | 34,25 | 123,12   | 909,00  | 110,90      | 109,05 | 446,60  | 7,58  | 0,45     | 34,00 | 16,68 | 8,72  |
| ПОЛДНИК  |                                                                         |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |       |       |       |
| №420/17  | Сосиска, запеченная в тесте                                             | 100       | 9,10     | 11,00 | 27,25    | 246,00  | 22,40       | 22,80  | 91,29   | 1,47  | 0,09     | 0,00  | 3,75  | 4,33  |
| №575/13  | Чай с лимоном                                                           | 200/7     | 0,30     | 0,11  | 13,90    | 62,50   | 8,00        | 5,00   | 10,00   | 1,00  | 0,00     | 3,00  | 0,00  | 0,00  |
|          | Итого за полдник                                                        | 307       | 9,40     | 11,11 | 41,15    | 308,50  | 30,40       | 27,80  | 101,29  | 2,47  | 0,09     | 3,00  | 3,75  | 4,33  |
|          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                                                           | 1747      | 76,35    | 58,68 | 286,01   | 1956,50 | 454,00      | 217,55 | 1010,89 | 14,01 | 0,90     | 75,03 | 20,61 | 14,98 |



| № реч    | Наименование блюда                                | выход     | Пищевые  |       |          |         | Минеральные |        |        |       | Витамины |        |       |       |
|----------|---------------------------------------------------|-----------|----------|-------|----------|---------|-------------|--------|--------|-------|----------|--------|-------|-------|
|          |                                                   |           | вещества |       |          |         | вещества    |        |        |       |          |        |       |       |
|          |                                                   |           | белки    | жиры  | углеводы | ккал    | Ca          | Mg     | P      | Fe    | B1       | C      | A     | E     |
| 1        | 2                                                 | 3         | 4        | 5     | 6        | 7       | 8           | 9      | 10     | 11    | 12       | 13     | 14    | 15    |
| ЗАВТРАК  | ЧЕТВЕРГ                                           |           |          |       |          |         |             |        |        |       |          |        |       |       |
|          | Напиток кисломолочный "Имунеле"                   | 100       | 2,70     | 1,50  | 11,60    | 68,00   | 16,00       | 8,00   | 12,00  | 2,80  | 0,02     | 4,00   | 0,00  | 0,20  |
| №1/13    | Масло сливочное                                   | 10        | 0,10     | 8,30  | 0,10     | 75,00   | 1,00        | 0,00   | 2,00   | 0,00  | 0,00     | 0,00   | 0,07  | 0,10  |
| №2/13    | Сыр твердый                                       | 30        | 7,80     | 9,10  | 0,00     | 111,00  | 164,00      | 11,00  | 150,00 | 0,30  | 0,01     | 0,00   | 0,09  | 0,20  |
| №272/13  | Каша молочная рисовая, с маслом сливочным         | 200/10    | 6,00     | 11,20 | 39,70    | 283,00  | 117,00      | 33,00  | 144,00 | 1,26  | 0,06     | 1,26   | 0,06  | 0,88  |
| №575/13  | Чай с шиповником                                  | 200       | 0,30     | 0,05  | 17,40    | 67,00   | 13,00       | 3,00   | 3,00   | 1,00  | 0,01     | 200,00 | 0,16  | 0,00  |
| ТТК      | Батон витаминный с микронутриентами               | 40        | 3,20     | 0,80  | 22,80    | 112,00  | 15,60       | 13,20  | 34,80  | 0,80  | 0,13     | 0,00   | 0,00  | 0,52  |
| ТТК      | Хлеб ржаной                                       | 20        | 1,40     | 0,20  | 8,60     | 42,00   | 14,00       | 14,10  | 47,40  | 0,78  | 0,07     | 0,00   | 0,00  | 0,21  |
|          | Итого за завтрак                                  | 610       | 21,50    | 31,15 | 100,20   | 758,00  | 340,60      | 82,30  | 393,20 | 6,94  | 0,30     | 205,26 | 0,38  | 2,11  |
| ОБЕД     |                                                   |           |          |       |          |         |             |        |        |       |          |        |       |       |
| №137/13  | Борщ с картофелем, с куриной грудкой, со сметаной | 15/250/10 | 10,30    | 15,10 | 14,10    | 187,00  | 51,00       | 61,00  | 72,00  | 1,30  | 0,05     | 11,00  | 0,22  | 0,20  |
| №342/13  | Котлеты рыбные                                    | 100       | 11,30    | 9,60  | 9,80     | 185,00  | 49,00       | 19,82  | 182,40 | 1,60  | 0,13     | 0,00   | 0,07  | 4,20  |
| №473/13  | Картофельное пюре                                 | 180       | 3,10     | 5,40  | 20,30    | 141,00  | 47,00       | 29,00  | 85,00  | 1,10  | 0,14     | 5,00   | 0,04  | 0,20  |
| № 590/13 | Напиток из кураги                                 | 200       | 1,00     | 0,10  | 28,20    | 119,00  | 29,00       | 18,00  | 28,00  | 1,00  | 0,02     | 0,00   | 0,09  | 0,90  |
| ТТК      | Хлеб ржаной                                       | 30        | 2,10     | 0,30  | 12,90    | 84,00   | 28,00       | 21,15  | 71,10  | 1,56  | 0,14     | 0,00   | 0,00  | 0,42  |
| ТТК      | Батон витаминный с микронутриентами               | 30        | 2,37     | 2,01  | 11,97    | 56,00   | 7,80        | 6,60   | 17,40  | 0,40  | 0,07     | 0,00   | 0,00  | 0,26  |
|          | Итого за обед                                     | 815       | 30,17    | 32,51 | 97,27    | 772,00  | 211,80      | 155,57 | 455,90 | 6,96  | 0,55     | 16,00  | 0,42  | 6,18  |
| ПОЛДНИК  |                                                   |           |          |       |          |         |             |        |        |       |          |        |       |       |
| №606/13  | Ватрушка с конфитюром                             | 100       | 5,74     | 2,80  | 58,67    | 284,00  | 18,67       | 9,34   | 52,00  | 0,94  | 0,11     | 0,00   | 0,03  | 0,67  |
| №389/17  | Сок                                               | 200       | 1,40     | 0,20  | 26,40    | 120,00  | 14,00       | 8,00   | 14,00  | 2,80  | 0,02     | 4,00   | 0,00  | 0,20  |
|          | Итого за полдник                                  | 300       | 7,14     | 3,00  | 85,07    | 404,00  | 32,67       | 17,34  | 66,00  | 3,74  | 0,13     | 4,00   | 0,03  | 0,87  |
|          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                                     | 1834      | 77,64    | 80,32 | 318,69   | 2242,53 | 342,77      | 205,19 | 872    | 18,43 | 1,033    | 44     | 92,74 | 12,15 |
| № реч    | Наименование блюда                                | выход     | Пищевые  |       |          |         | Минеральные |        |        |       | Витамины |        |       |       |
|          |                                                   |           | вещества |       |          |         | вещества    |        |        |       |          |        |       |       |
|          |                                                   |           | белки    | жиры  | углеводы | ккал    | Ca          | Mg     | P      | Fe    | B1       | C      | A     | E     |
| 1        | 2                                                 | 3         | 4        | 5     | 6        | 7       | 8           | 9      | 10     | 11    | 12       | 13     | 14    | 15    |
| ЗАВТРАК  | ПЯТНИЦА                                           |           |          |       |          |         |             |        |        |       |          |        |       |       |
|          | Молоко фасованное                                 | 200       | 2,80     | 3,20  | 4,70     | 58,00   | 14,00       | 8,00   | 14,00  | 2,80  | 0,02     | 4,00   | 0,00  | 0,20  |
|          | Кондитерское изделие промышленного производства   | 19        | 1,39     | 3,93  | 9,25     | 78,03   | 0,00        | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00     | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| №294/17  | Биточки рубленные из птицы                        | 100       | 14,98    | 23,57 | 15,50    | 299,50  | 18,80       | 22,60  | 137,20 | 1,80  | 0,13     | 0,70   | 56,00 | 0,83  |
| №469/13  | Макаронные изделия отварные                       | 180       | 6,30     | 8,70  | 33,70    | 239,00  | 11,00       | 7,00   | 36,00  | 0,80  | 0,06     | 0,00   | 0,03  | 0,80  |
| №581/13  | Кофейный напиток на молоке                        | 200       | 3,16     | 2,67  | 15,95    | 101,00  | 125,80      | 13,90  | 90,00  | 0,13  | 0,04     | 1,30   | 20,00 | 0,00  |
| ТТК      | Батон витаминный с микронутриентами               | 40        | 3,20     | 0,80  | 22,80    | 112,00  | 15,60       | 13,20  | 34,80  | 0,80  | 0,13     | 0,00   | 0,00  | 0,52  |
| ТТК      | Хлеб ржаной                                       | 20        | 1,40     | 0,20  | 8,60     | 42,00   | 14,00       | 14,10  | 47,40  | 0,78  | 0,07     | 0,00   | 0,00  | 0,21  |
|          | Итого за завтрак                                  | 759       | 33,23    | 43,07 | 110,50   | 929,53  | 199,20      | 78,80  | 359,40 | 7,11  | 0,45     | 6,00   | 76,03 | 2,56  |
| ОБЕД     |                                                   |           |          |       |          |         |             |        |        |       |          |        |       |       |



| №157/13                    | Суп из овощей с куриной грудкой и сметаной      | 12,5/250/10   | 4,55             | 5,16         | 10,6          | 108,25         | 38,60                | 22,80         | 59,00         | 0,82         | 0,83        | 11,30        | 15,22         | 0,24          |
|----------------------------|-------------------------------------------------|---------------|------------------|--------------|---------------|----------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК                        | Гуляш из филе куриного                          | 50/50         | 16,00            | 12,80        | 3,30          | 184,00         | 18,00                | 19,00         | 155,00        | 1,40         | 0,05        | 2,00         | 0,03          | 0,90          |
| №459/13                    | Рис отварной                                    | 180           | 3,70             | 6,30         | 32,80         | 195,00         | 3,00                 | 19,00         | 61,00         | 0,60         | 0,02        | 0,00         | 0,05          | 0,30          |
| №73/17                     | Икра кабачковая д/г                             | 60            | 0,60             | 3,19         | 4,86          | 66,00          | 2,10                 | 1,40          | 4,50          | 0,02         | 0,01        | 0,20         | 0,00          | 0,20          |
| №389/17                    | Сок                                             | 200           | 1,40             | 0,20         | 26,40         | 120,00         | 14,00                | 8,00          | 14,00         | 2,80         | 0,02        | 4,00         | 0,00          | 0,20          |
| ТТК                        | Хлеб ржаной                                     | 30            | 2,10             | 0,30         | 12,90         | 84,00          | 28,00                | 21,15         | 71,10         | 1,56         | 0,14        | 0,00         | 0,00          | 0,42          |
| ТТК                        | Батон витаминный с микронутриентами             | 30            | 2,37             | 2,01         | 11,97         | 56,00          | 7,80                 | 6,60          | 17,40         | 0,40         | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 0,26          |
|                            | <b>Итого за обед</b>                            | <b>872,5</b>  | <b>30,72</b>     | <b>29,96</b> | <b>102,83</b> | <b>813,25</b>  | <b>111,50</b>        | <b>97,95</b>  | <b>382,00</b> | <b>7,60</b>  | <b>1,14</b> | <b>17,50</b> | <b>15,30</b>  | <b>2,52</b>   |
| <b>ПОЛДНИК</b>             |                                                 |               |                  |              |               |                |                      |               |               |              |             |              |               |               |
| №606/13                    | Ватрушка с творогом                             | 100           | 12,14            | 7,14         | 38,67         | 258,70         | 66,67                | 14,67         | 117,34        | 0,67         | 0,12        | 0,00         | 0,04          | 0,80          |
| №538/13                    | Напиток из свежих яблок                         | 200           | 0,20             | 0,20         | 27,90         | 115,00         | 7,00                 | 4,00          | 4,00          | 1,00         | 0,01        | 2,00         | 0,00          | 0,20          |
|                            | <b>Итого за полдник</b>                         | <b>300</b>    | <b>12,34</b>     | <b>7,34</b>  | <b>66,57</b>  | <b>373,70</b>  | <b>73,67</b>         | <b>18,67</b>  | <b>121,34</b> | <b>1,67</b>  | <b>0,13</b> | <b>2,00</b>  | <b>0,04</b>   | <b>1,00</b>   |
|                            | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                            | <b>1837,5</b> | <b>72,74</b>     | <b>50,62</b> | <b>291,14</b> | <b>1925,95</b> | <b>497,87</b>        | <b>197,32</b> | <b>966,34</b> | <b>13,23</b> | <b>1,63</b> | <b>57,53</b> | <b>15,52</b>  | <b>5,45</b>   |
| № рец                      | Наименование блюда                              | выход         | Пищевые вещества |              |               |                | Минеральные вещества |               |               |              | Витамины    |              |               |               |
|                            |                                                 |               | белки            | жиры         | углеводы      | ккал           | Са                   | Mg            | P             | Fe           | B1          | C            | A             | E             |
|                            |                                                 |               |                  |              |               |                |                      |               |               |              |             |              |               |               |
| 1                          | 2                                               | 3             | 4                | 5            | 6             | 7              | 8                    | 9             | 10            | 11           | 12          | 13           | 14            | 15            |
|                            | <b>ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ</b>                            |               |                  |              |               |                |                      |               |               |              |             |              |               |               |
| <b>ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК</b> |                                                 |               |                  |              |               |                |                      |               |               |              |             |              |               |               |
|                            | Молочный коктейль фасованный                    | 200           | 2,80             | 2,50         | 9,60          | 77,30          | 14,00                | 8,00          | 14,00         | 2,80         | 0,02        | 4,00         | 0,00          | 0,20          |
| №209/17                    | Яйцо вареное                                    | 60            | 7,80             | 7,20         | 0,60          | 98,40          | 22,00                | 4,80          | 76,80         | 1,00         | 0,03        | 0,00         | 100,00        | 104,00        |
| №2/13                      | Сыр твердый                                     | 25            | 6,13             | 7,00         | 0,00          | 87,50          | 164,00               | 11,00         | 150,00        | 0,30         | 0,01        | 0,00         | 0,09          | 0,20          |
| №272/13                    | Каша молочная рисовая, с маслом сливочным       | 200/10        | 6,00             | 11,20        | 39,70         | 283,00         | 117,00               | 33,00         | 144,00        | 1,26         | 0,06        | 1,26         | 0,06          | 0,88          |
| №581/13                    | Кофейный напиток на молоке                      | 200           | 3,16             | 2,67         | 15,95         | 101,00         | 125,80               | 13,90         | 90,00         | 0,13         | 0,04        | 1,30         | 20,00         | 0,00          |
| ТТК                        | Батон витаминный с микронутриентами             | 40            | 3,20             | 0,80         | 22,80         | 112,00         | 15,60                | 13,20         | 34,80         | 0,80         | 0,13        | 0,00         | 0,00          | 0,52          |
| ТТК                        | Хлеб ржаной                                     | 20            | 1,40             | 0,20         | 8,60          | 42,00          | 14,00                | 14,10         | 47,40         | 0,78         | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 0,21          |
|                            | <b>Итого за завтрак</b>                         | <b>755</b>    | <b>30,49</b>     | <b>31,57</b> | <b>97,25</b>  | <b>801,20</b>  | <b>472,40</b>        | <b>98,00</b>  | <b>557,00</b> | <b>7,07</b>  | <b>0,36</b> | <b>6,56</b>  | <b>120,15</b> | <b>106,01</b> |
| <b>ОБЕД</b>                |                                                 |               |                  |              |               |                |                      |               |               |              |             |              |               |               |
| №164/13                    | Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами | 25/250        | 8,10             | 12,16        | 19,20         | 182,00         | 33,50                | 37,00         | 160,00        | 1,50         | 0,18        | 12,00        | 0,21          | 0,50          |
| №412/13                    | Фрикадельки мясные в соусе                      | 75/50         | 11,32            | 14,45        | 10,09         | 216,00         | 9,55                 | 13,60         | 106,00        | 1,36         | 0,06        | 0,00         | 0,00          | 3,55          |
| №469/13                    | Макаронные изделия отварные                     | 180           | 6,30             | 8,70         | 33,70         | 239,00         | 11,00                | 7,00          | 36,00         | 0,80         | 0,06        | 0,00         | 0,03          | 0,80          |
| №73/17                     | Икра кабачковая д/г                             | 60            | 0,60             | 3,19         | 4,86          | 66,00          | 2,10                 | 1,40          | 4,50          | 0,02         | 0,01        | 0,20         | 0,00          | 0,20          |
| №546/13                    | Компот из кураги                                | 200           | 0,10             | 0,10         | 34,20         | 142,00         | 33,00                | 21,00         | 29,00         | 0,70         | 0,02        | 0,00         | 0,03          | 1,10          |
| ТТК                        | Хлеб ржаной                                     | 30            | 2,10             | 0,30         | 12,90         | 84,00          | 28,00                | 21,15         | 71,10         | 1,56         | 0,14        | 0,00         | 0,00          | 0,42          |
| ТТК                        | Батон витаминный с микронутриентами             | 30            | 2,37             | 2,01         | 11,97         | 56,00          | 7,80                 | 6,60          | 17,40         | 0,40         | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 0,26          |
|                            | <b>Итого за обед</b>                            | <b>900</b>    | <b>30,89</b>     | <b>40,91</b> | <b>126,92</b> | <b>985,00</b>  | <b>124,95</b>        | <b>107,75</b> | <b>424,00</b> | <b>6,34</b>  | <b>0,54</b> | <b>12,20</b> | <b>0,27</b>   | <b>6,83</b>   |
| <b>ПОЛДНИК</b>             |                                                 |               |                  |              |               |                |                      |               |               |              |             |              |               |               |
| №606/13                    | Ватрушка с конфитюром                           | 100           | 5,74             | 2,80         | 58,67         | 284,00         | 18,67                | 9,34          | 52,00         | 0,94         | 0,11        | 0,00         | 0,03          | 0,67          |
| №389/17                    | Сок                                             | 200           | 1,40             | 0,20         | 26,40         | 120,00         | 14,00                | 8,00          | 14,00         | 2,80         | 0,02        | 4,00         | 0,00          | 0,20          |
|                            | <b>Итого за полдник</b>                         | <b>300</b>    | <b>7,14</b>      | <b>3,00</b>  | <b>85,07</b>  | <b>404,00</b>  | <b>32,67</b>         | <b>17,34</b>  | <b>66,00</b>  | <b>3,74</b>  | <b>0,13</b> | <b>4,00</b>  | <b>0,03</b>   | <b>0,87</b>   |



|         |                                                      |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |        |        |        |
|---------|------------------------------------------------------|-----------|----------|-------|----------|---------|-------------|--------|---------|-------|----------|--------|--------|--------|
|         | ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                       | 1955      | 68,52    | 75,48 | 309,24   | 2190,20 | 630,02      | 223,09 | 1047,00 | 17,15 | 1,03     | 22,76  | 120,45 | 113,71 |
| № рец   | Наименование блюда                                   | выход     | Пищевые  |       |          |         | Минеральные |        |         |       | Витамины |        |        |        |
|         |                                                      |           | вещества |       |          |         | вещества    |        |         |       |          |        |        |        |
|         |                                                      |           | белки    | жиры  | углеводы | ккал    | Ca          | Mg     | P       | Fe    | B1       | C      | A      | E      |
| 1       | 2                                                    | 3         | 4        | 5     | 6        | 7       | 8           | 9      | 10      | 11    | 12       | 13     | 14     | 15     |
| ЗАВТРАК | ВТОРНИК                                              |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |        |        |        |
| №338/17 | Фрукт свежий                                         | 140       | 0,39     | 0,60  | 21,00    | 98,00   | 35,00       | 11,00  | 17,00   | 0,10  | 0,06     | 38,00  | 0,00   | 0,20   |
|         | Молоко фасованное                                    | 200       | 2,80     | 3,20  | 4,70     | 58,00   | 14,00       | 8,00   | 14,00   | 2,80  | 0,02     | 4,00   | 0,00   | 0,20   |
| №268/17 | Шницель мясной с соусом                              | 75/25     | 12,20    | 14,90 | 10,40    | 236,00  | 12,00       | 24,00  | 150,00  | 2,00  | 0,08     | 0,00   | 0,00   | 3,60   |
| №457/13 | Каша гречневая рассыпчатая                           | 180       | 10,20    | 7,60  | 46,40    | 294,00  | 16,80       | 162,00 | 242,00  | 5,40  | 0,25     | 0,00   | 0,04   | 0,70   |
| №591/13 | Отвар из шиповника                                   | 200       | 0,85     | 0,00  | 23,32    | 99,14   | 13,0        | 3,0    | 3,0     | 1,0   | 0,0      | 200,0  | 0,2    | 0,0    |
| ТТК     | Батон витаминный с микронутриентами                  | 40        | 3,20     | 0,80  | 22,80    | 112,00  | 15,60       | 13,20  | 34,80   | 0,80  | 0,13     | 0,00   | 0,00   | 0,52   |
| ТТК     | Хлеб ржаной                                          | 20        | 1,40     | 0,20  | 8,60     | 42,00   | 14,00       | 14,10  | 47,40   | 0,78  | 0,07     | 0,00   | 0,00   | 0,21   |
|         | Итого за завтрак                                     | 880       | 31,04    | 27,30 | 137,22   | 939,14  | 120,40      | 235,30 | 508,20  | 12,88 | 0,62     | 242,00 | 0,20   | 5,43   |
| ОБЕД    |                                                      |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |        |        |        |
| №145/13 | Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной  | 10/250/10 | 6,80     | 8,00  | 8,30     | 164,00  | 44,00       | 22,00  | 53,00   | 0,80  | 0,06     | 22,00  | 0,21   | 0,20   |
| №367/13 | Жаркое по-домашнему                                  | 200       | 19,80    | 7,60  | 16,20    | 212,30  | 174,00      | 17,00  | 132,00  | 2,40  | 0,09     | 5,10   | 0,00   | 1,40   |
| ТТК     | Капуста квашеная д/г                                 | 60        | 0,84     | 0,07  | 2,10     | 16,10   | 85,26       | 19,42  | 59,80   | 0,71  | 0,06     | 4,88   | 0,00   | 47,86  |
| ТТК     | Напиток из свежих яблок                              | 200       | 0,10     | 0,10  | 26,40    | 108,00  | 5,00        | 2,00   | 3,00    | 1,00  | 0,01     | 3,00   | 0,00   | 0,40   |
| ТТК     | Хлеб ржаной                                          | 30        | 2,10     | 0,30  | 12,90    | 84,00   | 28,00       | 21,15  | 71,10   | 1,56  | 0,14     | 0,00   | 0,00   | 0,42   |
| ТТК     | Батон витаминный с микронутриентами                  | 30        | 2,37     | 2,01  | 11,97    | 56,00   | 7,80        | 6,60   | 17,40   | 0,40  | 0,07     | 0,00   | 0,00   | 0,26   |
|         | Итого за обед                                        | 800       | 32,01    | 18,08 | 77,87    | 640,40  | 344,06      | 88,17  | 336,30  | 6,87  | 0,43     | 34,98  | 0,21   | 50,54  |
| ПОЛДНИК |                                                      |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |        |        |        |
| №420/17 | Сосиска, запеченная в тесте                          | 100       | 9,10     | 11,00 | 27,25    | 246,00  | 22,40       | 22,80  | 91,29   | 1,47  | 0,09     | 0,00   | 3,75   | 4,33   |
| №575/13 | Чай с лимоном                                        | 200/7     | 0,30     | 0,11  | 13,90    | 62,50   | 8,00        | 5,00   | 10,00   | 1,00  | 0,00     | 3,00   | 0,00   | 0,00   |
|         | Итого за полдник                                     | 307       | 9,40     | 11,11 | 41,15    | 308,50  | 30,40       | 27,80  | 101,29  | 2,47  | 0,09     | 3,00   | 3,75   | 4,33   |
|         | ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                       | 1987      | 72,45    | 56,49 | 256,24   | 1888,04 | 494,86      | 351,27 | 945,79  | 22,22 | 1,14     | 279,98 | 4,16   | 60,30  |
| № рец   | Наименование блюда                                   | выход     | Пищевые  |       |          |         | Минеральные |        |         |       | Витамины |        |        |        |
|         |                                                      |           | вещества |       |          |         | вещества    |        |         |       |          |        |        |        |
|         |                                                      |           | белки    | жиры  | углеводы | ккал    | Ca          | Mg     | P       | Fe    | B1       | C      | A      | E      |
| 1       | 2                                                    | 3         | 4        | 5     | 6        | 7       | 8           | 9      | 10      | 11    | 12       | 13     | 14     | 15     |
| ЗАВТРАК | СРЕДА                                                |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |        |        |        |
| №338/17 | Фрукт свежий                                         | 170       | 0,98     | 0,68  | 16,70    | 88,80   | 35,00       | 11,00  | 17,00   | 0,10  | 0,06     | 38,00  | 0,00   | 0,20   |
|         | Батончик злаковый с витаминами                       | 25        | 1,25     | 1,25  | 16,00    | 80,00   | 0,00        | 0,00   | 0,00    | 0,00  | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00   |
| ТТК     | Запеканка из творога с яблоками, с клубничным соусом | 180/20    | 20,70    | 9,80  | 26,20    | 277,60  | 237,00      | 41,00  | 361,00  | 2,00  | 0,10     | 0,00   | 0,18   | 1,00   |
| №575/13 | Чай с шиповником                                     | 200       | 0,30     | 0,05  | 17,40    | 67,00   | 13,00       | 3,00   | 3,00    | 1,00  | 0,01     | 200,00 | 0,16   | 0,00   |
| ТТК     | Батон витаминный с микронутриентами                  | 40        | 3,20     | 0,80  | 22,80    | 112,00  | 15,60       | 13,20  | 34,80   | 0,80  | 0,13     | 0,00   | 0,00   | 0,52   |
| ТТК     | Хлеб ржаной                                          | 20        | 1,40     | 0,20  | 8,60     | 42,00   | 14,00       | 14,10  | 47,40   | 0,78  | 0,07     | 0,00   | 0,00   | 0,21   |
|         | Итого за завтрак                                     | 655       | 27,83    | 12,78 | 107,70   | 667,40  | 314,60      | 82,30  | 463,20  | 4,68  | 0,37     | 238,00 | 0,34   | 1,93   |
| ОБЕД    |                                                      |           |          |       |          |         |             |        |         |       |          |        |        |        |



| №166/13                | Суп картофельный с макаронными изделиями, с куриной грудкой | 12,5/250      | 8,40         | 8,90         | 20,00         | 196,00         | 42,60          | 21,80         | 75,00          | 0,92         | 0,06        | 10,30        | 15,18        | 2,44         |
|------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|---------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| ТТК                    | Поджарка из рыбы с овощами                                  | 50/50         | 11,90        | 6,90         | 5,50          | 132,00         | 44,00          | 35,00         | 205,00         | 2,00         | 0,18        | 13,00        | 0,03         | 4,20         |
| №473/13                | Картофельное пюре                                           | 180           | 3,10         | 5,40         | 20,30         | 141,00         | 47,00          | 29,00         | 85,00          | 1,10         | 0,14        | 5,00         | 0,04         | 0,20         |
| ТТК                    | Кукуруза консервированная д/г                               | 50            | 1,44         | 0,30         | 4,95          | 29,00          | 1,50           | 6,50          | 14,10          | 0,10         | 0,08        | 2,40         | 1,30         | 1,10         |
| № 349/17               | Компот из сухофруктов                                       | 200           | 0,70         | 0,09         | 32,00         | 113,00         | 32,40          | 16,80         | 36,80          | 0,70         | 0,01        | 0,72         | 0,00         | 0,51         |
| ТТК                    | Хлеб ржаной                                                 | 30            | 2,10         | 0,30         | 12,90         | 84,00          | 28,00          | 21,15         | 71,10          | 1,56         | 0,14        | 0,00         | 0,00         | 0,42         |
| ТТК                    | Батон витаминный с микронутриентами                         | 30            | 2,37         | 2,01         | 11,97         | 56,00          | 7,80           | 6,60          | 17,40          | 0,40         | 0,07        | 0,00         | 0,00         | 0,26         |
|                        | <b>Итого за обед</b>                                        | <b>852,5</b>  | <b>30,01</b> | <b>23,90</b> | <b>107,62</b> | <b>751,00</b>  | <b>203,30</b>  | <b>136,85</b> | <b>504,40</b>  | <b>6,78</b>  | <b>0,68</b> | <b>31,42</b> | <b>16,55</b> | <b>9,13</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>         |                                                             |               |              |              |               |                |                |               |                |              |             |              |              |              |
| №611/13                | Сдоба обыкновенная                                          | 100           | 7,50         | 4,13         | 60,00         | 296,00         | 13,75          | 10,00         | 60,00          | 0,75         | 0,14        | 0,00         | 0,02         | 0,88         |
| №585/13                | Кисломолочный напиток                                       | 200           | 5,80         | 6,40         | 8,00          | 113,00         | 240,00         | 28,00         | 190,00         | 0,00         | 0,08        | 2,00         | 0,00         | 0,00         |
|                        | <b>Итого за полдник</b>                                     | <b>300</b>    | <b>13,30</b> | <b>10,53</b> | <b>68,00</b>  | <b>409,00</b>  | <b>253,75</b>  | <b>38,00</b>  | <b>250,00</b>  | <b>0,75</b>  | <b>0,22</b> | <b>2,00</b>  | <b>0,02</b>  | <b>0,88</b>  |
|                        | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                       | <b>1812,5</b> | <b>67,31</b> | <b>62,23</b> | <b>269,82</b> | <b>1881,40</b> | <b>1144,65</b> | <b>256,65</b> | <b>1312,60</b> | <b>12,01</b> | <b>1,27</b> | <b>43,12</b> | <b>36,76</b> | <b>11,34</b> |
| № рец                  | Наименование блюда                                          | выход         | Пищевые      |              |               |                | Минеральные    |               |                |              | Витамины    |              |              |              |
|                        |                                                             |               | вещества     |              |               |                | вещества       |               |                |              |             |              |              |              |
|                        |                                                             |               | белки        | жиры         | углеводы      | ккал           | Ca             | Mg            | P              | Fe           | B1          | C            | A            | E            |
| 1                      | 2                                                           | 3             | 4,00         | 5,00         | 6,00          | 7,00           | 8,00           | 9,00          | 10,00          | 11,00        | 12,00       | 13,00        | 14,00        | 15,00        |
| <b>ЗАВТРАК ЧЕТВЕРГ</b> |                                                             |               |              |              |               |                |                |               |                |              |             |              |              |              |
| №389/17                | Сок фасованный                                              | 200           | 1,00         | 0,00         | 20,20         | 85,00          | 14,00          | 8,00          | 14,00          | 2,80         | 0,02        | 4,00         | 0,00         | 0,20         |
|                        | Кондитерское изделие промышленного производства             | 30            | 1,35         | 5,10         | 15,90         | 114,00         | 14,50          | 10,00         | 0,00           | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 0,00         | 0,00         |
| №432/13                | Голень куриная отварная, с маслом сливочным                 | 100/10        | 21,90        | 20,50        | 0,90          | 275,00         | 58,00          | 34,00         | 216,00         | 2,00         | 0,08        | 18,00        | 0,12         | 0,40         |
| №459/13                | Рис отварной                                                | 180           | 3,70         | 6,30         | 32,80         | 195,00         | 3,00           | 19,00         | 61,00          | 0,60         | 0,02        | 0,00         | 0,05         | 0,30         |
| №376/17                | Чай с сахаром                                               | 200           | 0,07         | 0,02         | 15,00         | 60,00          | 11,10          | 1,40          | 2,80           | 0,28         | 0,00        | 0,03         | 0,00         | 0,00         |
| ТТК                    | Батон витаминный с микронутриентами                         | 40            | 3,20         | 0,80         | 22,80         | 112,00         | 15,60          | 13,20         | 34,80          | 0,80         | 0,13        | 0,00         | 0,00         | 0,52         |
| ТТК                    | Хлеб ржаной                                                 | 20            | 1,40         | 0,20         | 8,60          | 42,00          | 14,00          | 14,10         | 47,40          | 0,78         | 0,07        | 0,00         | 0,00         | 0,21         |
|                        | <b>Итого за завтрак</b>                                     | <b>780</b>    | <b>32,62</b> | <b>32,92</b> | <b>116,20</b> | <b>883,00</b>  | <b>130,20</b>  | <b>99,70</b>  | <b>376,00</b>  | <b>7,26</b>  | <b>0,32</b> | <b>22,03</b> | <b>0,17</b>  | <b>1,63</b>  |
| <b>ОБЕД</b>            |                                                             |               |              |              |               |                |                |               |                |              |             |              |              |              |
| №136/13                | Борщ с капустой и картофелем, с мясом и сметаной            | 10/250/10     | 9,60         | 13,46        | 13,10         | 176,20         | 52,00          | 25,00         | 58,00          | 1,30         | 0,05        | 11,00        | 0,22         | 0,20         |
| ТТК                    | Тефтели куриные с соусом                                    | 75/25         | 12,80        | 16,80        | 12,90         | 227,00         | 52,00          | 25,00         | 117,00         | 2,00         | 0,07        | 10,00        | 0,09         | 4,50         |
| №457/13                | Каша гречневая рассыпчатая                                  | 180           | 10,2         | 7,6          | 46,4          | 294            | 16,8           | 162           | 242            | 5,4          | 0,25        | 0            | 0,04         | 0,7          |
| №73/17                 | Икра кабачковая д/г                                         | 70            | 0,42         | 2,30         | 3,50          | 64,00          | 2,10           | 1,40          | 4,50           | 0,02         | 0,01        | 0,20         | 0,00         | 0,20         |
| ТТК                    | Напиток из свежемороженых ягод                              | 200           | 0,20         | 0,10         | 26,70         | 115,00         | 8,00           | 4,00          | 6,00           | 0,60         | 0,02        | 20,00        | 0,00         | 0,20         |
| ТТК                    | Хлеб ржаной                                                 | 30            | 2,10         | 0,30         | 12,90         | 84,00          | 28,00          | 21,15         | 71,10          | 1,56         | 0,14        | 0,00         | 0,00         | 0,42         |
| ТТК                    | Батон витаминный с микронутриентами                         | 30            | 2,37         | 2,01         | 11,97         | 56,00          | 7,80           | 6,60          | 17,40          | 0,40         | 0,07        | 0,00         | 0,00         | 0,26         |
|                        | <b>Итого за обед</b>                                        | <b>880</b>    | <b>37,69</b> | <b>42,57</b> | <b>127,47</b> | <b>1016,20</b> | <b>166,70</b>  | <b>245,15</b> | <b>516,00</b>  | <b>11,28</b> | <b>0,61</b> | <b>41,20</b> | <b>0,35</b>  | <b>6,48</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>         |                                                             |               |              |              |               |                |                |               |                |              |             |              |              |              |
|                        | Мармелад фруктово-ягодный                                   | 30            | 0,18         | 0,00         | 24,30         | 97,80          | 13,00          | 3,00          | 3,00           | 1,00         | 0,01        | 3,00         | 0,16         | 0,00         |
| №633/13                | Булочка с сыром                                             | 100           | 6,90         | 12,10        | 54,00         | 368,80         | 24,00          | 13,30         | 61,30          | 0,80         | 0,10        | 5,30         | 0,02         | 0,14         |
| №575/13                | Чай с лимоном                                               | 200/4         | 0,25         | 0,10         | 14,10         | 62,00          | 8,00           | 5,00          | 10,00          | 1,00         | 0,00        | 3,00         | 0,00         | 0,00         |



|                        | Итого за полдник                                 | 334      | 7,33     | 12,20  | 92,40    | 528,60   | 45,00       | 21,30   | 74,30    | 2,80   | 0,11     | 11,30  | 0,18   | 0,14   |
|------------------------|--------------------------------------------------|----------|----------|--------|----------|----------|-------------|---------|----------|--------|----------|--------|--------|--------|
|                        | ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                   | 1994     | 77,64    | 87,69  | 336,07   | 2427,80  | 341,90      | 366,15  | 966,30   | 21,34  | 1,04     | 74,53  | 0,70   | 8,25   |
| № рец                  | Наименование блюда                               | выход    | Пищевые  |        |          |          | Минеральные |         |          |        | Витамины |        |        |        |
|                        |                                                  |          | вещества |        |          |          | вещества    |         |          |        |          |        |        |        |
|                        |                                                  |          | белки    | жиры   | углеводы | ккал     | Ca          | Mg      | P        | Fe     | B1       | C      | A      | E      |
| 1                      | 2                                                | 3        | 4,00     | 5,00   | 6,00     | 7,00     | 8,00        | 9,00    | 10,00    | 11,00  | 12,00    | 13,00  | 14,00  | 15,00  |
| <b>ЗАВТРАК ПЯТНИЦА</b> |                                                  |          |          |        |          |          |             |         |          |        |          |        |        |        |
| ТТК                    | Йогурт                                           | 110      | 2,90     | 2,00   | 16,20    | 94,40    | 223,00      | 10,50   | 110,00   | 0,10   | 0,04     | 0,60   | 20,00  | 0,00   |
| №1/13                  | Масло сливочное                                  | 10       | 0,10     | 8,30   | 0,10     | 75,00    | 1,00        | 0,00    | 2,00     | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,07   | 0,10   |
| №2/13                  | Сыр твердый                                      | 30       | 7,80     | 9,10   | 0,00     | 111,00   | 164,00      | 11,00   | 150,00   | 0,30   | 0,01     | 0,00   | 0,09   | 0,20   |
| №178/13                | Суп молочный с макаронными изделиями (звёздочки) | 250      | 5,70     | 4,90   | 21,70    | 155,00   | 149,00      | 19,00   | 124,00   | 1,50   | 0,08     | 1,00   | 0,02   | 0,30   |
| №582/13                | Какао витаминизированное с молоком               | 200      | 2,90     | 2,50   | 24,80    | 132,00   | 121,00      | 14,00   | 90,00    | 1,00   | 0,04     | 8,10   | 0,01   | 0,00   |
| ТТК                    | Батон витаминный с микронутриентами              | 40       | 3,20     | 0,80   | 22,80    | 112,00   | 15,60       | 13,20   | 34,80    | 0,80   | 0,13     | 0,00   | 0,00   | 0,52   |
| ТТК                    | Хлеб ржаной                                      | 20       | 1,40     | 0,20   | 8,60     | 42,00    | 14,00       | 14,10   | 47,40    | 0,78   | 0,07     | 0,00   | 0,00   | 0,21   |
|                        | Итого за завтрак                                 | 660      | 24,00    | 27,80  | 94,20    | 721,40   | 687,60      | 81,80   | 558,20   | 4,48   | 0,37     | 9,70   | 20,19  | 1,33   |
| <b>ОБЕД</b>            |                                                  |          |          |        |          |          |             |         |          |        |          |        |        |        |
| №164/13                | Суп картофельный с рисом, с куриной грудкой      | 20/250   | 9,40     | 10,70  | 19,60    | 193,00   | 25,00       | 27,00   | 88,00    | 1,10   | 0,10     | 8,00   | 0,20   | 0,30   |
| ТТК                    | Ёжики домашние                                   | 100      | 19,00    | 20,80  | 13,60    | 318,00   | 18,00       | 24,00   | 164,00   | 2,00   | 0,08     | 4,00   | 0,00   | 6,00   |
| №487/13                | Капуста тушеная                                  | 180      | 4,60     | 5,20   | 11,80    | 131,00   | 108,00      | 35,00   | 71,00    | 1,40   | 0,05     | 32,00  | 0,13   | 0,30   |
| ТТК                    | Кукуруза консервированная д/г                    | 50       | 1,44     | 0,30   | 4,95     | 29,00    | 1,50        | 6,50    | 14,10    | 0,10   | 0,08     | 2,40   | 1,30   | 1,10   |
| №389/17                | Сок                                              | 200      | 1,40     | 0,20   | 26,40    | 120,00   | 14,00       | 8,00    | 14,00    | 2,80   | 0,02     | 4,00   | 0,00   | 0,20   |
| ТТК                    | Хлеб ржаной                                      | 30       | 2,10     | 0,30   | 12,90    | 84,00    | 28,00       | 21,15   | 71,10    | 1,56   | 0,14     | 0,00   | 0,00   | 0,42   |
| ТТК                    | Батон витаминный с микронутриентами              | 30       | 2,37     | 2,01   | 11,97    | 56,00    | 7,80        | 6,60    | 17,40    | 0,40   | 0,07     | 0,00   | 0,00   | 0,26   |
|                        | Итого за обед                                    | 860      | 40,31    | 39,51  | 101,22   | 931,00   | 202,30      | 128,25  | 439,60   | 9,36   | 0,54     | 50,40  | 1,63   | 8,58   |
| <b>ПОЛДНИК</b>         |                                                  |          |          |        |          |          |             |         |          |        |          |        |        |        |
| №606/13                | Ватрушка с творогом                              | 100      | 12,14    | 8,14   | 38,67    | 258,70   | 66,67       | 14,67   | 117,34   | 0,67   | 0,12     | 0,00   | 0,04   | 0,80   |
| ТТК                    | Напиток из свежих яблок                          | 200      | 0,10     | 0,10   | 26,40    | 108,00   | 5,00        | 2,00    | 3,00     | 1,00   | 0,01     | 3,00   | 0,00   | 0,40   |
|                        | Итого за полдник                                 | 300      | 12,24    | 8,24   | 65,07    | 366,70   | 71,67       | 16,67   | 120,34   | 1,67   | 0,13     | 3,00   | 0,04   | 1,20   |
|                        | ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                   | 1815     | 80,38    | 60,53  | 273,99   | 1709,00  | 588,57      | 227,22  | 1023,14  | 15,71  | 1,04     | 291,40 | 2,01   | 11,71  |
|                        |                                                  |          |          |        |          |          |             |         |          |        |          |        |        |        |
|                        | ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:                                | 18746,00 | 734,64   | 704,90 | 2962,34  | 20741,10 | 5614,10     | 2620,26 | 10028,76 | 170,15 | 11,22    | 986,43 | 313,82 | 303,03 |
|                        | В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:                             | 1874,60  | 73,46    | 70,49  | 296,23   | 2074,11  | 561,41      | 262,03  | 1002,88  | 17,02  | 1,12     | 98,64  | 31,38  | 30,30  |



**ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ**  
по цикличному меню с 09.02.2026г.

| Наименование<br>группы<br>продуктов  | ед. изм. | Рекомендуемое<br>количество<br>продуктов(нетто) в<br>день на одного<br>ребенка в<br>зависимости от<br>возраста 60% | Фактически выдано продуктов в нетто (всего) на одного человека |     |      |      |     |     |     |     |     |      | В среднем<br>за 10 дней | В среднем<br>за 1 день | Отклоне-<br>ние от<br>нормы в %<br>(+/-) |
|--------------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----|------|------|-----|-----|-----|-----|-----|------|-------------------------|------------------------|------------------------------------------|
|                                      |          |                                                                                                                    | 7-11 лет ОВЗ                                                   | 1   | 2    | 3    | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9    | 10                      |                        |                                          |
| Мясо                                 | гр       | 42                                                                                                                 | 63,5                                                           | 135 | 74   | 0    | 0   | 57  | 146 | 0   | 16  | 49   | 540,5                   | 54,1                   | 128,7                                    |
| Птица                                | гр       | 21                                                                                                                 | 0                                                              | 0   | 19,2 | 19,2 | 188 | 0   | 0   | 16  | 132 | 25,6 | 400,0                   | 40,0                   | 190,5                                    |
| Рыба                                 | гр       | 34,8                                                                                                               | 0                                                              | 0   | 0    | 86   | 0   | 25  | 0   | 62  | 0   | 0    | 173,0                   | 17,3                   | 49,7                                     |
| Яйцо                                 | гр       | 24                                                                                                                 | 50                                                             | 12  | 14   | 14   | 8   | 60  | 12  | 14  | 12  | 14   | 210,0                   | 21,0                   | 87,5                                     |
| Молоко                               | гр       | 180                                                                                                                | 366                                                            | 183 | 30   | 136  | 260 | 352 | 200 | 30  | 70  | 225  | 1852,0                  | 185,2                  | 102,9                                    |
| Кисломолочные<br>продукты            | гр       | 90                                                                                                                 | 0                                                              | 0   | 0    | 100  | 0   | 0   | 0   | 200 | 0   | 110  | 410,0                   | 41,0                   | 45,6                                     |
| Творог                               | гр       | 30                                                                                                                 | 0                                                              | 0   | 99   | 0    | 36  | 0   | 0   | 99  | 0   | 36   | 270,0                   | 27,0                   | 90,0                                     |
| Сметана                              | гр       | 6                                                                                                                  | 0                                                              | 10  | 6    | 10   | 10  | 0   | 10  | 6   | 10  | 0    | 62,0                    | 6,2                    | 103,3                                    |
| Сыр                                  | гр       | 6                                                                                                                  | 10                                                             | 0   | 0    | 30   | 0   | 25  | 0   | 0   | 10  | 30   | 105,0                   | 10,5                   | 175,0                                    |
| Масло сливочное                      | гр       | 18                                                                                                                 | 17                                                             | 16  | 18   | 26   | 14  | 26  | 16  | 26  | 22  | 18   | 199,0                   | 19,9                   | 110,6                                    |
| Масло растительное                   | гр       | 9                                                                                                                  | 10                                                             | 12  | 10   | 11   | 10  | 12  | 7   | 8   | 12  | 10   | 102,0                   | 10,2                   | 113,3                                    |
| Макаронные изделия                   | гр       | 9                                                                                                                  | 61                                                             | 0   | 10   | 0    | 61  | 61  | 0   | 20  | 0   | 0    | 166,0                   | 16,6                   | 134,4                                    |
| Крупы, бобовые                       | гр       | 27                                                                                                                 | 36                                                             | 73  | 41   | 30   | 51  | 44  | 73  | 0   | 73  | 5    | 426,0                   | 42,6                   | 157,8                                    |
| Сахар                                | гр       | 18                                                                                                                 | 18                                                             | 20  | 16   | 16   | 22  | 19  | 20  | 16  | 18  | 18   | 183,0                   | 18,3                   | 101,7                                    |
| Кондитерские и выпеч-<br>ные изделия | гр       | 6                                                                                                                  | 19                                                             | 0   | 0    | 0    | 19  | 0   | 0   | 0   | 50  | 0    | 88,0                    | 8,8                    | 146,7                                    |
| Картофель                            | гр       | 112,2                                                                                                              | 75                                                             | 206 | 70   | 234  | 67  | 75  | 175 | 225 | 67  | 75   | 1269,0                  | 126,9                  | 113,1                                    |
| Овощи                                | гр       | 168                                                                                                                | 144                                                            | 182 | 148  | 132  | 165 | 167 | 118 | 111 | 124 | 291  | 1582,0                  | 158,2                  | 94,2                                     |
| Сухофрукты                           | гр       | 9                                                                                                                  | 0                                                              | 20  | 0    | 20   | 0   | 20  | 20  | 26  | 0   | 0    | 106,0                   | 10,6                   | 117,8                                    |
| Чай                                  | гр       | 0,6                                                                                                                | 1                                                              | 0   | 2    | 1    | 0   | 0   | 1   | 1   | 2   | 0    | 8,0                     | 0,8                    | 133,3                                    |
| Кофейный напиток,<br>какао           | гр       | 1,8                                                                                                                | 2                                                              | 6   | 0    | 0    | 2   | 2   | 0   | 0   | 0   | 6    | 18,0                    | 1,8                    | 100,0                                    |
| Фрукты                               | гр       | 111                                                                                                                | 0                                                              | 171 | 207  | 0    | 35  | 0   | 214 | 170 | 25  | 35   | 857,0                   | 85,7                   | 77,2                                     |
| Сок                                  | гр       | 120                                                                                                                | 200                                                            | 0   | 0    | 200  | 200 | 200 | 0   | 0   | 200 | 200  | 1200,0                  | 120,0                  | 100,0                                    |
| Соль                                 | гр       | 1,8                                                                                                                | 1,8                                                            | 1,8 | 1,8  | 1,8  | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8  | 18,0                    | 1,8                    | 100,0                                    |
| Мука                                 | гр       | 9                                                                                                                  | 30                                                             | 28  | 30   | 28   | 28  | 28  | 28  | 30  | 30  | 28   | 189,0                   | 18,9                   | 210,0                                    |
| Хлеб ржаной                          | гр       | 48                                                                                                                 | 50                                                             | 50  | 50   | 50   | 50  | 50  | 50  | 50  | 50  | 50   | 500,0                   | 50,0                   | 104,2                                    |
| Хлеб пшеничный                       | гр       | 90                                                                                                                 | 85                                                             | 82  | 95   | 82   | 86  | 86  | 78  | 92  | 88  | 85   | 859,0                   | 85,9                   | 95,4                                     |