

**Утверждено**

**генеральным директором**

**АО «Государственный комбинат питания»**

**Г.А.Пановым**



(подпись)

**Согласовано**

**директором**

**школы (лицея, гимназии) № \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_  
(фамилия, имя, отчество)

\_\_\_\_\_  
(подпись)

М.П.

**Примерное 15-дневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд  
для учащихся 1-4 кл с категорией ОВЗ и/или дети-инвалиды  
с сахарным диабетом  
в общеобразовательных учреждениях  
на период 2023-2024 учебного года**

Дата подписания « 28 » декабря 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: 7-11 лет**

| Приём<br>пищи                                                          | Наименование блюда                                                                                        | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|
|                                                                        |                                                                                                           |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |                |
| Неделя 1                                                               |                                                                                                           |              |                  |       |          |                            |                |
| День 1                                                                 |                                                                                                           |              |                  |       |          |                            |                |
| Завтрак<br>(1-я смена)                                                 | Овощи натуральные<br>свежие (помидоры)<br>или Бобовые отварные<br>(кукуруза сахарная<br>консервированная) | 60           | 0,66             | 0,12  | 2,28     | 13,20                      | №71-2015г.     |
|                                                                        |                                                                                                           | 20           | 0,41             | 0,58  | 1,96     | 14,72                      | №306-2015г.    |
|                                                                        | Филе цыплёнка тушёное                                                                                     | 60/60        | 18,72            | 10,08 | 3,96     | 181,44                     | ТТК №48        |
|                                                                        | Каша рассыпчатая<br>перловая                                                                              | 150          | 4,46             | 4,34  | 31,69    | 183,60                     | №302-2015г.    |
|                                                                        | Чай (без сахара)                                                                                          | 200          | 0,20             | 0,00  | 0,00     | 1,00                       | №685-2004г.    |
|                                                                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                      | 30           | 2,58             | 0,39  | 13,56    | 68,40                      | ПР             |
| Итого за завтрак                                                       |                                                                                                           | 560          | 26,62            | 14,93 | 51,49    | 447,64                     |                |
|                                                                        |                                                                                                           | 520          | 26,37            | 15,39 | 51,17    | 449,16                     |                |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(для детей с<br>ОВЗ и детей-<br>инвалидов)    | Щи из свежей капусты с<br>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.    |
|                                                                        | Каша рассыпчатая<br>пшённая                                                                               | 150          | 6,60             | 5,73  | 37,88    | 229,50                     | №302-2015г.    |
|                                                                        | Чай (без сахара)                                                                                          | 200          | 0,20             | 0,00  | 0,00     | 1,00                       | №685-2004г.    |
|                                                                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                      | 20           | 1,72             | 0,26  | 9,04     | 45,60                      | ПР             |
| Итого за обед                                                          |                                                                                                           | 650          | 13,79            | 18,64 | 58,55    | 464,95                     |                |
| Обед (2-<br>я смена)                                                   | Овощи натуральные<br>свежие (помидоры)<br>или Бобовые отварные<br>(кукуруза сахарная<br>консервированная) | 60           | 0,66             | 0,12  | 2,28     | 13,20                      | №71-2015г.     |
|                                                                        |                                                                                                           | 20           | 0,41             | 0,58  | 1,96     | 14,72                      | №306-2015г.    |
|                                                                        | Щи из свежей капусты с<br>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.    |
|                                                                        | Каша рассыпчатая<br>пшённая                                                                               | 150          | 6,60             | 5,73  | 37,88    | 229,50                     | №302-2015г.    |
|                                                                        | Чай (без сахара)                                                                                          | 200          | 0,20             | 0,00  | 0,00     | 1,00                       | №685-2004г.    |
|                                                                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                      | 50           | 4,30             | 0,65  | 22,60    | 114,00                     | ПР             |
| Итого за обед                                                          |                                                                                                           | 805          | 25,79            | 37,24 | 83,61    | 783,15                     |                |
|                                                                        |                                                                                                           | 755          | 25,79            | 37,24 | 83,61    | 783,15                     |                |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с<br>ОВЗ и детей-<br>инвалидов) | Бутерброд с сыром                                                                                         | 10/3/25      | 4,34             | 5,88  | 13,54    | 126,20                     | №3-2015г.      |
|                                                                        | Чай (без сахара)                                                                                          | 200          | 0,20             | 0,00  | 0,00     | 1,00                       | №685-2004г.    |
|                                                                        | Фрукт свежий (яблоко)                                                                                     | 120          | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,40                      | №338-2015г     |
| Итого за полдник                                                       |                                                                                                           | 358          | 5,02             | 6,36  | 25,30    | 183,60                     |                |
| Итого за день (1-я смена)                                              |                                                                                                           | 1 210        | 40,40            | 33,57 | 110,04   | 912,59                     |                |
| Итого за день (2-я смена)                                              |                                                                                                           | 1 163        | 30,81            | 43,59 | 108,91   | 966,75                     |                |

| День 2                                                          |                                                                                                         |              |              |              |               |                 |             |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Запеканка из творога с маслом<br><i>или Пудинг<br/>творожный<br/>"Вкусняшка" ванильный<br/>с маслом</i> | 150/5        | 26,23        | 26,73        | 24,79         | 444,00          | №223-2015г. |
|                                                                 |                                                                                                         | 175/5        | 18,94        | 22,83        | 43,47         | 454,23          | ТТК №23     |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                                                        | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00            | №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  |
| <i>Итого за завтрак</i>                                         |                                                                                                         | 538          | 28,67        | 27,97        | 51,27         | 576,20          |             |
|                                                                 |                                                                                                         | 562          | 21,38        | 24,07        | 69,95         | 586,43          |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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 (без сахара)                                                                                        | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00            | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                    | 20           | 1,72         | 0,26         | 9,04          | 45,60           | ПР          |
| <i>Итого за обед</i>                                            |                                                                                                         | 550          | 13,21        | 17,45        | 46,88         | 407,65          |             |
| Обед (2-я смена)                                                | Суп картофельный                                                                                        | 250          | 2,34         | 2,83         | 16,87         | 114,00          | №97-2015г.  |
|                                                                 | 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. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                                                        | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00            | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                    | 50           | 4,30         | 0,65         | 22,60         | 114,00          | ПР          |
|                                                                 | Фрукт свежий (яблоко)                                                                                   | 160          | 0,64         | 0,64         | 15,68         | 75,20           | №338-2015г  |
| <i>Итого за обед</i>                                            |                                                                                                         | 910          | 26,72        | 38,40        | 96,68         | 856,95          |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом                                                                                      | 10/30        | 2,48         | 8,15         | 16,33         | 150,00          | №1-2015г.   |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                                                        | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00            | №685-2004г. |
|                                                                 | Фрукт свежий (яблоко)                                                                                   | 120          | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 56,40           | №338-2015г  |
| <i>Итого за полдник</i>                                         |                                                                                                         | 360          | 3,16         | 8,63         | 28,09         | 207,40          |             |
| <b><i>Итого за день (1-я смена)</i></b>                         |                                                                                                         | <b>1 088</b> | <b>41,88</b> | <b>45,42</b> | <b>98,14</b>  | <b>983,85</b>   |             |
| <b><i>Итого за день (2-я смена)</i></b>                         |                                                                                                         | <b>1 270</b> | <b>29,88</b> | <b>47,03</b> | <b>124,77</b> | <b>1 064,35</b> |             |

| День 3                                                          |                                                                  |         |       |       |        |        |             |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------|-------|-------|--------|--------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Салат из белокочанной капусты с морковью*                        | 70      | 0,92  | 2,27  | 4,53   | 42,28  | №45-2015г.  |
|                                                                 | <i>или салат из свеклы отварной*</i>                             | 60      | 0,84  | 3,61  | 4,96   | 55,68  | №52-2015г.  |
|                                                                 | Филе минтая запечённое                                           | 100     | 17,60 | 6,20  | 3,80   | 142,00 | ТТК №16     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая                                         | 150     | 6,60  | 5,73  | 37,88  | 229,50 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                 | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                             | 20      | 1,72  | 0,26  | 9,04   | 45,60  | ПР          |
| <i>Итого за завтрак</i>                                         |                                                                  | 540     | 27,04 | 14,46 | 55,25  | 460,38 |             |
|                                                                 |                                                                  | 530     | 26,96 | 15,79 | 55,68  | 473,78 |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая перловая                                        | 150     | 4,46  | 4,34  | 31,69  | 183,60 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                 | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                             | 25      | 2,15  | 0,33  | 11,30  | 57,00  | ПР          |
| <i>Итого за обед</i>                                            |                                                                  | 590     | 12,32 | 15,30 | 58,47  | 426,65 |             |
| Обед (2-я смена)                                                | Овощи натуральные свежие (помидоры)                              | 60      | 0,66  | 0,12  | 2,28   | 13,20  | №71-2015г.  |
|                                                                 | <i>или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)</i> | 20      | 0,41  | 0,58  | 1,96   | 14,72  | №306-2015г. |
|                                                                 | 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     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая перловая                                        | 150     | 4,46  | 4,34  | 31,69  | 183,60 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                 | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                             | 50      | 4,30  | 0,65  | 22,60  | 114,00 | ПР          |
|                                                                 | <i>Итого за обед</i>                                             | 800     | 24,23 | 30,18 | 81,15  | 699,13 |             |
|                                                                 |                                                                  | 760     | 23,99 | 30,64 | 80,83  | 700,65 |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром                                                | 10/3/25 | 4,34  | 5,88  | 13,54  | 126,20 | №3-2015г.   |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                 | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Фрукт свежий (яблоко)                                            | 120     | 0,48  | 0,48  | 11,76  | 56,40  | №338-2015г. |
| <i>Итого за полдник</i>                                         |                                                                  | 358     | 5,02  | 6,36  | 25,30  | 183,60 |             |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i>                                |                                                                  | 1 130   | 39,36 | 29,77 | 113,72 | 887,03 |             |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i>                                |                                                                  | 1 158   | 29,26 | 36,53 | 106,45 | 882,73 |             |

| День 4                                                       |                                                                                    |        |       |       |       |          |             |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|----------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                       | Гуляш из свинины                                                                   | 60/60  | 12,77 | 33,83 | 3,47  | 370,80   | №260-2015г. |
|                                                              | Каша рассыпчатая гречневая                                                         | 150    | 8,60  | 6,09  | 38,64 | 243,75   | №302-2015г. |
|                                                              | Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)                              | 20     | 0,41  | 0,58  | 1,96  | 14,72    | №306-2015г. |
|                                                              | Чай (без сахара)                                                                   | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00     | №685-2004г. |
|                                                              | Хлеб ржано-пшеничный                                                               | 30     | 2,58  | 0,39  | 13,56 | 68,40    | ПР          |
| Итого за завтрак                                             |                                                                                    | 520    | 24,56 | 40,89 | 57,63 | 698,67   |             |
| Обед для 1-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)    | Салат из белокочанной капусты с морковью*<br>или овощи натуральные свежие (огурцы) | 60     | 0,79  | 1,95  | 3,88  | 36,24    | №45-2015г.  |
|                                                              |                                                                                    | 20     | 0,14  | 0,02  | 0,38  | 2,40     | №71-2015г.  |
|                                                              | 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 (без сахара)                                                                   | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00     | №685-2004г. |
|                                                              | Хлеб ржано-пшеничный                                                               | 25     | 2,15  | 0,33  | 11,30 | 57,00    | ПР          |
|                                                              | Итого за обед                                                                      | 601    | 10,44 | 19,15 | 34,81 | 364,44   |             |
|                                                              |                                                                                    | 571    | 9,80  | 17,22 | 31,31 | 330,60   |             |
| Обед (2-я смена)                                             | Суп с макаронными изделиями                                                        | 250    | 2,39  | 5,08  | 13,00 | 117,00   | №111-2015г. |
|                                                              | Жаркое по-домашнему (свинина)                                                      | 50/125 | 12,30 | 29,50 | 16,58 | 383,00   | №259-2015г. |
|                                                              | Компот из кураги (без сахара)                                                      | 200    | 0,78  | 0,05  | 7,67  | 34,80    | №348-2015г. |
|                                                              | Хлеб ржано-пшеничный                                                               | 50     | 4,30  | 0,65  | 22,60 | 114,00   | ПР          |
|                                                              | Фрукт свежий (яблоко)                                                              | 160    | 0,64  | 0,64  | 15,68 | 75,20    | №338-2015г. |
| Итого за обед                                                |                                                                                    | 835    | 20,41 | 35,91 | 75,53 | 724,00   |             |
| Полдник для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Кисломолочный напиток "Бифитончик"                                                 | 180    | 5,04  | 5,76  | 5,76  | 97,20    | ПР          |
| Итого за полдник                                             |                                                                                    | 180    | 5,04  | 5,76  | 5,76  | 97,20    |             |
| Итого за день (1-я смена)                                    |                                                                                    | 1 121  | 35,00 | 60,04 | 92,43 | 1 063,11 |             |
| Итого за день (2-я смена)                                    |                                                                                    | 1 015  | 25,45 | 41,67 | 81,29 | 821,20   |             |

| День 5                                                          |                                                           |        |       |       |       |        |             |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Котлета "Школьная" из свинины                             | 90     | 12,24 | 25,92 | 14,94 | 34,20  | ТТК №104    |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая                                  | 150    | 6,60  | 5,73  | 37,88 | 229,50 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                          | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                      | 15     | 1,29  | 0,20  | 6,78  | 34,20  | ПР          |
|                                                                 | Кисломолочный напиток "Бифитончик"                        | 180    | 5,04  | 5,76  | 5,76  | 97,20  | ПР          |
| <i>Итого за завтрак</i>                                         |                                                           | 635    | 25,37 | 37,60 | 65,36 | 396,10 |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)    | Борщ со свежей капустой и картофелем                      | 250    | 1,80  | 4,92  | 10,93 | 103,75 | №82-2015г.  |
|                                                                 | Плов "Школьный" из филе бедра цыплят                      | 20/50  | 7,00  | 7,05  | 12,25 | 140,35 | ТТК №20     |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                          | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                      | 25     | 2,15  | 0,33  | 11,30 | 57,00  | ПР          |
| <i>Итого на обед</i>                                            |                                                           | 545    | 11,15 | 12,30 | 34,48 | 302,10 |             |
| Обед (2-я смена)                                                | Овощи натуральные свежие (помидоры)                       | 60     | 0,66  | 0,12  | 2,28  | 13,20  | №71-2015г.  |
|                                                                 | или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная) | 20     | 0,41  | 0,58  | 1,96  | 14,72  | №306-2015г. |
|                                                                 | Борщ со свежей капустой и картофелем                      | 250    | 1,80  | 4,92  | 10,93 | 103,75 | №82-2015г.  |
|                                                                 | Плов "Школьный" из филе бедра цыплят                      | 60/150 | 21,00 | 21,15 | 36,75 | 421,05 | ТТК №20     |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                          | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                      | 50     | 4,30  | 0,65  | 22,60 | 114,00 | ПР          |
|                                                                 | <i>Итого за обед</i>                                      | 770    | 27,96 | 26,84 | 72,56 | 653,00 |             |
|                                                                 |                                                           | 730    | 27,71 | 27,30 | 72,24 | 654,52 |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Кисломолочный напиток "Бифитончик"                        | 180    | 5,04  | 5,76  | 5,76  | 97,20  | ПР          |
| <i>Итого за полдник</i>                                         |                                                           | 180    | 5,04  | 5,76  | 5,76  | 97,20  |             |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i>                                |                                                           | 1 180  | 36,52 | 49,90 | 99,85 | 698,20 |             |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i>                                |                                                           | 950    | 33,00 | 32,60 | 78,32 | 750,20 |             |

| Неделя 2                                                        |                                                                                          |         |       |       |        |        |             |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------|-------|--------|--------|-------------|
| День 1                                                          |                                                                                          |         |       |       |        |        |             |
| Завтрак<br>(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 (без сахара)                                                                         | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Груша свежая (порция)                                                                    | 100     | 0,40  | 0,30  | 10,30  | 47,00  | №338-2015г  |
| <i>Итого за завтрак</i>                                         |                                                                                          | 565     | 17,00 | 19,17 | 66,60  | 512,00 |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая перловая                                                                | 150     | 4,46  | 4,34  | 31,69  | 183,60 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                                         | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                                                     | 30      | 2,58  | 0,39  | 13,56  | 68,40  | ПР          |
| <i>Итого на обед</i>                                            |                                                                                          | 660     | 13,14 | 12,52 | 67,16  | 446,08 |             |
| Обед (2-я смена)                                                | Овощи натуральные свежие (помидоры)                                                      | 60      | 0,66  | 0,12  | 2,28   | 13,20  | №71-2015г.  |
|                                                                 | <i>или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)</i>                         | 20      | 0,41  | 0,58  | 1,96   | 14,72  | №306-2015г. |
|                                                                 | Суп картофельный                                                                         | 250     | 2,34  | 2,83  | 16,87  | 114,00 | №97-2015г.  |
|                                                                 | Котлета "Дальневосточная" из минтая и свинины                                            | 100     | 11,87 | 16,53 | 16,80  | 263,60 | ТТК №25     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая перловая                                                                | 150     | 4,46  | 4,34  | 31,69  | 183,60 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                                         | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                                                     | 50      | 4,30  | 0,65  | 22,60  | 114,00 | ПР          |
| <i>Итого за обед</i>                                            |                                                                                          | 810     | 23,83 | 24,47 | 90,24  | 689,40 |             |
|                                                                 |                                                                                          | 770     | 23,58 | 24,93 | 89,92  | 690,92 |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом                                                                       | 8/24    | 1,98  | 6,52  | 13,06  | 120,00 | №1-2015г.   |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                                                         | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Груша свежая (порция)                                                                    | 70      | 0,28  | 0,21  | 7,21   | 32,90  | №338-2015г  |
| <i>Итого за полдник</i>                                         |                                                                                          | 302     | 2,46  | 6,73  | 20,27  | 153,90 |             |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i>                                |                                                                                          | 1 225   | 30,14 | 31,69 | 133,75 | 958,08 |             |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i>                                |                                                                                          | 1 112   | 26,29 | 31,20 | 110,51 | 843,30 |             |

| День 2                                                          |                                                         |         |       |       |        |        |             |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------|-------|-------|--------|--------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Овощи натуральные свежие (помидоры)                     | 60      | 0,66  | 0,12  | 2,28   | 13,20  | №71-2015г.  |
|                                                                 | или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) | 20      | 0,58  | 0,54  | 1,16   | 11,84  | №306-2015г. |
|                                                                 | Котлета рубленая из бройлер-цыплят                      | 90      | 13,70 | 19,98 | 13,79  | 289,80 | №295-2015г. |
|                                                                 | Капуста припущенная                                     | 200     | 3,76  | 3,50  | 9,12   | 76,00  | №136-2015г  |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 30      | 2,58  | 0,39  | 13,56  | 68,40  | ПР          |
| Итого за завтрак                                                |                                                         | 580     | 20,90 | 23,99 | 38,75  | 448,40 |             |
|                                                                 |                                                         | 540     | 20,82 | 24,41 | 37,63  | 447,04 |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая                                | 150     | 6,60  | 5,73  | 37,88  | 229,50 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 30      | 2,58  | 0,39  | 13,56  | 68,40  | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                                         | 625     | 16,17 | 12,74 | 65,39  | 451,40 |             |
| Обед (2-я смена)                                                | Суп с макаронными изделиями                             | 250     | 2,39  | 5,08  | 13,00  | 117,00 | №111-2015г. |
|                                                                 | Филе минтая запечённое                                  | 100     | 17,60 | 6,20  | 3,80   | 142,00 | ТТК №16     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая                                | 200     | 8,80  | 7,64  | 50,51  | 306,00 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 50      | 4,30  | 0,65  | 22,60  | 114,00 | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                                         | 800     | 33,29 | 19,56 | 89,91  | 680,00 |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром                                       | 15/5/30 | 5,92  | 8,95  | 16,24  | 171,60 | №3-2015г.   |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Груша свежая (порция)                                   | 50      | 0,20  | 0,15  | 5,15   | 23,50  | №338-2015г  |
| Итого за полдник                                                |                                                         | 300     | 6,32  | 9,10  | 21,39  | 196,10 |             |
| Итого за день (1-я смена)                                       |                                                         | 1 205   | 37,06 | 36,73 | 104,14 | 899,80 |             |
| Итого за день (2-я смена)                                       |                                                         | 1 100   | 39,61 | 28,66 | 111,29 | 876,10 |             |

| День 3                                                          |                                                     |              |              |              |               |               |             |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Салат из свеклы отварной*                           | 60           | 0,84         | 3,61         | 4,96          | 55,68         | №52-2015г.  |
|                                                                 | Плов "Школьный" из филе бедра цыплят                | 50/125       | 17,50        | 17,63        | 30,63         | 350,88        | ТТК №20     |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                    | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00          | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                | 30           | 2,58         | 0,39         | 13,56         | 68,40         | ПР          |
|                                                                 | Груша свежая (порция)                               | 100          | 0,40         | 0,30         | 10,30         | 47,00         | №338-2015г. |
| <i>Итого за завтрак</i>                                         |                                                     | 565          | 20,68        | 18,32        | 54,49         | 467,28        |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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                          | 110          | 6,31         | 4,47         | 28,34         | 178,75        | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                    | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00          | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                | 20           | 1,72         | 0,26         | 9,04          | 45,60         | ПР          |
| <i>Итого за обед</i>                                            |                                                     | 615          | 13,66        | 18,10        | 52,21         | 436,30        |             |
| 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) | 20           | 0,58         | 0,54         | 1,16          | 11,84         | №306-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                    | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00          | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                | 50           | 4,30         | 0,65         | 22,60         | 114,00        | ПР          |
| <i>Итого за обед</i>                                            |                                                     | 780          | 29,22        | 41,53        | 87,87         | 854,54        |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(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 (без сахара)                                    | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00          | №685-2004г. |
|                                                                 | Груша свежая (порция)                               | 50           | 0,20         | 0,15         | 5,15          | 23,50         | №338-2015г. |
| <i>Итого за полдник</i>                                         |                                                     | 290          | 3,10         | 2,85         | 22,15         | 127,50        |             |
| <b><i>Итого за день (1-я смена)</i></b>                         |                                                     | <b>1 180</b> | <b>34,34</b> | <b>36,42</b> | <b>106,70</b> | <b>903,58</b> |             |
| <b><i>Итого за день (2-я смена)</i></b>                         |                                                     | <b>1 070</b> | <b>32,32</b> | <b>44,38</b> | <b>110,02</b> | <b>982,04</b> |             |

| День 4                                                          |                                    |                     |                     |                     |                      |                        |             |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Запеканка из творога с маслом      | 150/5               | 26,23               | 26,73               | 24,79                | 444,00                 | №223-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                   | 200                 | 0,20                | 0,00                | 0,00                 | 1,00                   | №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  |
| <i>Итого за завтрак</i>                                         |                                    | <i>535</i>          | <i>28,67</i>        | <i>27,97</i>        | <i>51,27</i>         | <i>576,20</i>          |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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              | 20/20               | 6,24                | 3,36                | 1,32                 | 60,48                  | ТТК №48     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая           | 150                 | 6,60                | 5,73                | 37,88                | 229,50                 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                   | 200                 | 0,20                | 0,00                | 0,00                 | 1,00                   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный               | 20                  | 1,72                | 0,26                | 9,04                 | 45,60                  | ПР          |
| <i>Итого за обед</i>                                            |                                    | <i>610</i>          | <i>20,25</i>        | <i>14,62</i>        | <i>64,78</i>         | <i>484,83</i>          |             |
| 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     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая           | 150                 | 6,60                | 5,73                | 37,88                | 229,50                 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                   | 200                 | 0,20                | 0,00                | 0,00                 | 1,00                   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный               | 50                  | 4,30                | 0,65                | 22,60                | 114,00                 | ПР          |
|                                                                 | Фрукт свежий (яблоко)              | 160                 | 0,64                | 0,64                | 15,68                | 75,20                  | №338-2015г  |
| <i>Итого за обед</i>                                            |                                    | <i>900</i>          | <i>31,27</i>        | <i>19,85</i>        | <i>95,67</i>         | <i>704,03</i>          |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Кисломолочный напиток "Бифитончик" | 180                 | 5,04                | 5,76                | 5,76                 | 97,20                  | ПР          |
| <i>Итого за полдник</i>                                         |                                    | <i>180</i>          | <i>5,04</i>         | <i>5,76</i>         | <i>5,76</i>          | <i>97,20</i>           |             |
| <b><i>Итого за день (1-я смена)</i></b>                         |                                    | <b><i>1 145</i></b> | <b><i>48,92</i></b> | <b><i>42,58</i></b> | <b><i>116,04</i></b> | <b><i>1 061,03</i></b> |             |
| <b><i>Итого за день (2-я смена)</i></b>                         |                                    | <b><i>1 080</i></b> | <b><i>36,31</i></b> | <b><i>25,61</i></b> | <b><i>101,43</i></b> | <b><i>801,23</i></b>   |             |

| День 5                                                          |                                        |       |       |       |        |          |             |
|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------|-------|-------|--------|----------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | 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. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                       | 200   | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00     | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                   | 15    | 1,29  | 0,20  | 6,78   | 34,20    | ПР          |
|                                                                 | Кисломолочный напиток "Бифитончик"     | 180   | 5,04  | 5,76  | 5,76   | 97,20    | ПР          |
| Итого за завтрак                                                |                                        | 635   | 24,70 | 37,42 | 53,78  | 654,25   |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)    | Рассольник ленинградский               | 200   | 1,61  | 4,07  | 9,58   | 85,80    | №96-2015г.  |
|                                                                 | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 20    | 2,80  | 4,44  | 2,80   | 62,24    | ТТК №26     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая перловая              | 150   | 4,46  | 4,34  | 31,69  | 183,60   | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                       | 200   | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00     | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                   | 35    | 3,01  | 0,46  | 15,82  | 79,80    | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                        | 605   | 12,08 | 13,31 | 59,89  | 412,44   |             |
| Обед (2-я смена)                                                | Рассольник ленинградский               | 250   | 2,02  | 5,09  | 11,98  | 107,25   | №96-2015г.  |
|                                                                 | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 100   | 14,00 | 22,20 | 14,00  | 311,20   | ТТК №26     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая перловая              | 150   | 4,46  | 4,34  | 31,69  | 183,60   | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                       | 200   | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00     | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                   | 50    | 4,30  | 0,65  | 22,60  | 114,00   | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                        | 750   | 24,97 | 32,28 | 80,27  | 717,05   |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Кисломолочный напиток "Бифитончик"     | 180   | 5,04  | 5,76  | 5,76   | 97,20    | ПР          |
| Итого за полдник                                                |                                        | 180   | 5,04  | 5,76  | 5,76   | 97,20    |             |
| Итого за день (1-я смена)                                       |                                        | 1 240 | 36,78 | 50,73 | 113,68 | 1 066,69 |             |
| Итого за день (2-я смена)                                       |                                        | 930   | 30,01 | 38,04 | 86,03  | 814,25   |             |

| Неделя 3                                                        |                                                         |        |       |       |        |        |             |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|-------------|
| День 1                                                          |                                                         |        |       |       |        |        |             |
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Салат из белокочанной капусты с морковью*               | 100    | 1,31  | 3,25  | 6,47   | 60,40  | №45-2015г.  |
|                                                                 | или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) | 20     | 0,58  | 0,54  | 1,16   | 11,84  | №306-2015г. |
|                                                                 | Омлет натуральный                                       | 105    | 10,70 | 11,95 | 1,91   | 158,00 | №210-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | 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 завтрак                                                |                                                         | 595    | 15,43 | 16,23 | 37,62  | 363,00 |             |
|                                                                 |                                                         | 515    | 14,70 | 13,52 | 32,31  | 314,44 |             |
| Завтрак<br>(1-я смена)<br>2-й вариант                           | Яйцо варёное                                            | 40     | 5,08  | 4,60  | 0,28   | 63,00  | №209-2015г. |
|                                                                 | Филе цыплёнка запечённое                                | 60     | 20,64 | 4,56  | 7,92   | 154,98 | ТТК №18     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая                                | 170    | 7,48  | 6,49  | 42,93  | 260,10 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 30     | 2,58  | 0,39  | 13,56  | 68,40  | ПР          |
| Итого за завтрак (2-й вариант)                                  |                                                         | 500    | 35,98 | 16,04 | 64,69  | 547,48 |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)    | Суп картофельный                                        | 250    | 2,34  | 2,83  | 16,87  | 114,00 | №97-2015г.  |
|                                                                 | Плов из свинины                                         | 25/50  | 6,31  | 14,09 | 12,95  | 204,00 | №265-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 25     | 2,15  | 0,33  | 11,30  | 57,00  | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                                         | 500    | 11,00 | 17,24 | 41,12  | 376,00 |             |
| 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)   | 25     | 0,51  | 0,73  | 2,45   | 18,40  | №306-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 50     | 4,30  | 0,65  | 22,60  | 114,00 | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                                         | 705    | 22,50 | 38,01 | 72,99  | 737,00 |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом                                      | 10/30  | 2,48  | 8,15  | 16,33  | 150,00 | №1-2015г.   |
|                                                                 | Кофейный напиток с молоком (без сахара)                 | 200    | 3,17  | 2,68  | 0,98   | 20,60  | №379-2015г. |
|                                                                 | Фрукт свежий (яблоко)                                   | 120    | 0,48  | 0,48  | 11,76  | 56,40  | №338-2015г  |
| Итого за полдник                                                |                                                         | 360    | 6,13  | 11,31 | 29,07  | 227,00 |             |
| Итого за день (1-я смена)                                       |                                                         | 1 095  | 26,43 | 33,47 | 78,73  | 739,00 |             |
| Итого за день (2-я смена)                                       |                                                         | 1 065  | 28,63 | 49,32 | 102,05 | 964,00 |             |

| День 2                                                       |                                                     |         |       |       |        |          |             |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------|-------|-------|--------|----------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                       | Котлета из свинины                                  | 100     | 13,48 | 27,82 | 14,18  | 364,00   | №268-2015г. |
|                                                              | Каша рассыпчатая перловая                           | 150     | 4,46  | 4,34  | 31,69  | 183,60   | №302-2015г. |
|                                                              | Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) | 30      | 0,87  | 0,82  | 1,74   | 17,76    | №306-2015г. |
|                                                              | Напиток ягодный (из клубники) (без сахара)          | 200     | 0,10  | 0,00  | 1,64   | 7,00     | ТТК №89     |
|                                                              | Хлеб ржано-пшеничный                                | 20      | 1,72  | 0,26  | 9,04   | 45,60    | ПР          |
| Итого за завтрак                                             |                                                     | 500     | 20,62 | 33,24 | 58,28  | 617,96   |             |
| Обед (2-я смена)<br>(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     |
|                                                              | Каша рассыпчатая пшённая                            | 150     | 6,60  | 5,73  | 37,88  | 229,50   | №302-2015г. |
|                                                              | Чай (без сахара)                                    | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00     | №685-2004г. |
|                                                              | Хлеб ржано-пшеничный                                | 25      | 2,15  | 0,33  | 11,30  | 57,00    | ПР          |
| Итого за обед                                                |                                                     | 650     | 15,74 | 12,68 | 63,13  | 440,00   |             |
| Обед (2-я смена)                                             | Суп с макаронными изделиями                         | 250     | 2,39  | 5,08  | 13,00  | 117,00   | №111-2015г. |
|                                                              | Филе минтая запечённое                              | 100     | 17,60 | 6,20  | 3,80   | 142,00   | ТТК №16     |
|                                                              | Каша рассыпчатая пшённая                            | 200     | 8,80  | 7,64  | 50,51  | 306,00   | №302-2015г. |
|                                                              | Чай (без сахара)                                    | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00     | №685-2004г. |
|                                                              | Хлеб ржано-пшеничный                                | 50      | 4,30  | 0,65  | 22,60  | 114,00   | ПР          |
| Итого за обед                                                |                                                     | 800     | 33,29 | 19,56 | 89,91  | 680,00   |             |
| Полдник для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром                                   | 10/3/25 | 4,34  | 5,88  | 13,54  | 126,20   | №3-2015г.   |
|                                                              | Чай (без сахара)                                    | 200     | 0,20  | 0,00  | 0,00   | 1,00     | №685-2004г. |
|                                                              | Фрукт свежий (яблоко)                               | 120     | 0,48  | 0,48  | 11,76  | 56,40    | №338-2015г. |
| Итого за полдник                                             |                                                     | 284     | 5,02  | 6,36  | 25,30  | 183,60   |             |
| Итого за день (1-я смена)                                    |                                                     | 1 150   | 36,36 | 45,92 | 121,41 | 1 057,96 |             |
| Итого за день (2-я смена)                                    |                                                     | 1 084   | 38,31 | 25,92 | 115,20 | 863,60   |             |

| День 3                                                          |                                               |        |       |       |       |        |             |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Жаркое по-домашнему (свинина)                 | 50/125 | 12,30 | 29,50 | 16,58 | 383,00 | №259-2015г. |
|                                                                 | Компот из кураги (без сахара)                 | 200    | 0,78  | 0,05  | 7,67  | 34,80  | №348-2015г. |
|                                                                 | 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    | 16,31 | 30,11 | 45,27 | 526,40 |             |
|                                                                 |                                               | 500    | 16,03 | 30,07 | 43,05 | 512,80 |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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. |
|                                                                 | Каша рассыпчатая перловая                     | 150    | 4,46  | 4,34  | 31,69 | 183,60 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                              | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                          | 25     | 2,15  | 0,33  | 11,30 | 57,00  | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                               | 604    | 12,13 | 14,77 | 53,29 | 400,38 |             |
| 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. |
|                                                                 | Каша рассыпчатая перловая                     | 150    | 4,46  | 4,34  | 31,69 | 183,60 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                              | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                          | 50     | 4,30  | 0,65  | 22,60 | 114,00 | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                               | 745    | 24,55 | 30,67 | 76,16 | 686,25 |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом                            | 8/24   | 1,98  | 6,52  | 13,06 | 120,00 | №1-2015г.   |
|                                                                 | Чай (без сахара)                              | 200    | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | 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                                                |                                               | 352    | 3,26  | 6,76  | 22,78 | 172,60 |             |
|                                                                 |                                               | 332    | 2,98  | 6,72  | 20,56 | 159,00 |             |
| Итого за день (1-я смена)                                       |                                               | 1 124  | 28,44 | 44,89 | 98,56 | 926,78 |             |
| Итого за день (2-я смена)                                       |                                               | 1 097  | 27,81 | 37,43 | 98,94 | 858,85 |             |

| День 4                                                          |                                            |       |       |       |       |        |             |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)     | 90    | 12,60 | 19,98 | 12,60 | 280,08 | ТТК №26     |
|                                                                 | Капуста тушёная свежая                     | 200   | 4,13  | 6,47  | 18,85 | 150,20 | №321-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                           | 200   | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                       | 35    | 3,01  | 0,46  | 15,82 | 79,80  | ПР          |
| Итого за завтрак                                                |                                            | 525   | 19,94 | 26,91 | 47,27 | 511,08 |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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                 | 100   | 5,73  | 4,06  | 25,76 | 162,50 | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                           | 200   | 0,20  | 0,00  | 0,00  | 1,00   | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                       | 25    | 2,15  | 0,33  | 11,30 | 57,00  | ПР          |
| Итого за обед                                                   |                                            | 605   | 13,29 | 17,93 | 49,91 | 420,45 |             |
| 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) (без сахара) | 200   | 0,10  | 0,00  | 1,64  | 7,00   | ТТК №89     |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                       | 50    | 4,30  | 0,65  | 22,60 | 114,00 | ПР          |
|                                                                 | Фрукт свежий (яблоко)                      | 120   | 0,48  | 0,48  | 11,76 | 56,40  | №338-2015г  |
| Итого за обед                                                   |                                            | 860   | 25,07 | 37,68 | 89,22 | 806,50 |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Кисломолочный напиток "Бифитончик"         | 180   | 5,04  | 5,76  | 5,76  | 97,20  | ПР          |
| Итого за полдник                                                |                                            | 180   | 5,04  | 5,76  | 5,76  | 97,20  |             |
| Итого за день (1-я смена)                                       |                                            | 1 130 | 33,23 | 44,84 | 97,18 | 931,53 |             |
| Итого за день (2-я смена)                                       |                                            | 1 040 | 30,11 | 43,44 | 94,98 | 903,70 |             |

| День 5                                                          |                                                         |              |              |              |               |                 |             |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| Завтрак<br>(1-я смена)                                          | Плов из свинины                                         | 50/100       | 12,62        | 28,17        | 25,89         | 408,00          | №265-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00            | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 25           | 2,15         | 0,33         | 11,30         | 57,00           | ПР          |
|                                                                 | Кисломолочный напиток "Бифитончик"                      | 180          | 5,04         | 5,76         | 5,76          | 97,20           | ПР          |
| <b>Итого за завтрак</b>                                         |                                                         | <b>555</b>   | <b>20,01</b> | <b>34,26</b> | <b>42,95</b>  | <b>563,20</b>   |             |
| Обед<br>для 1-й смены<br>(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 "подомашнему" из минтая                  | 35           | 4,39         | 2,66         | 5,23          | 62,53           | ТТК №22     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая                                | 150          | 6,60         | 5,73         | 37,88         | 229,50          | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00            | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 30           | 2,58         | 0,39         | 13,56         | 68,40           | ПР          |
|                                                                 |                                                         | <b>670</b>   | <b>15,70</b> | <b>14,45</b> | <b>67,78</b>  | <b>473,28</b>   |             |
| Обед (2-я смена)                                                | Овощи натуральные свежие (огурцы)                       | 60           | 0,42         | 0,06         | 1,14          | 7,20            | №71-2015г.  |
|                                                                 | или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) | 20           | 0,58         | 0,54         | 1,16          | 11,84           | №306-2015г. |
|                                                                 | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной        | 250/5        | 1,93         | 5,67         | 11,11         | 111,85          | №82-2015г.  |
|                                                                 | Биточки рыбные "подомашнему" из минтая                  | 90           | 11,28        | 6,84         | 13,44         | 160,80          | ТТК №22     |
|                                                                 | Каша рассыпчатая пшённая                                | 150          | 6,60         | 5,73         | 37,88         | 229,50          | №302-2015г. |
|                                                                 | Чай (без сахара)                                        | 200          | 0,20         | 0,00         | 0,00          | 1,00            | №685-2004г. |
|                                                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 50           | 4,30         | 0,65         | 22,60         | 114,00          | ПР          |
|                                                                 | <b>Итого за обед</b>                                    | <b>805</b>   | <b>24,73</b> | <b>18,95</b> | <b>86,18</b>  | <b>624,35</b>   |             |
|                                                                 |                                                         | <b>765</b>   | <b>24,89</b> | <b>19,43</b> | <b>86,19</b>  | <b>628,99</b>   |             |
| Полдник<br>для 2-й смены<br>(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Кисломолочный напиток "Бифитончик"                      | 180          | 5,04         | 5,76         | 5,76          | 97,20           | ПР          |
| <b>Итого за полдник</b>                                         |                                                         | <b>180</b>   | <b>5,04</b>  | <b>5,76</b>  | <b>5,76</b>   | <b>97,20</b>    |             |
| <b>Итого за день (1-я смена)</b>                                |                                                         | <b>1 225</b> | <b>35,71</b> | <b>48,70</b> | <b>110,73</b> | <b>1 036,48</b> |             |
| <b>Итого за день (2-я смена)</b>                                |                                                         | <b>985</b>   | <b>29,77</b> | <b>24,71</b> | <b>91,94</b>  | <b>721,55</b>   |             |
| <b>Среднее значение за период (1-я смена)</b>                   |                                                         | <b>1 163</b> | <b>36,04</b> | <b>42,31</b> | <b>106,34</b> | <b>941,71</b>   |             |
| <b>Среднее значение за период (2-я смена)</b>                   |                                                         | <b>1 075</b> | <b>31,17</b> | <b>36,68</b> | <b>101,48</b> | <b>874,26</b>   |             |

\*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.;

— Техничко-технологических карт на разработанные блюд.