

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГРАНД»

/А.И.Шулин

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образования

ИБОУ Жигаревская

Г.К. Шакурова

## Двухнедельное меню для учащихся с 11 до 18 лет в общеобразовательных организациях (дети с ОВЗ и СВО) г. Агрыз и Агрызского района в 2025 уч.году

| рецептур<br>ы      | Наименование блюд                                            | Выход  | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы,<br>г | Калорийн<br>ость, | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг         | Р, мг          | Mg, мг         | Fe, мг       |
|--------------------|--------------------------------------------------------------|--------|---------------|---------------|----------------|-------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| <b>1-ая неделя</b> |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| <b>1 день</b>      |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| <b>1-й завтрак</b> |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| 339/21             | Котлеты говяжьи с соусом томатным                            | 50/50  | 9,280         | 7,790         | 9,800          | 147,45            | 0,086             | 0,440            | 12,000           | 0,800            | 30,000         | 93,250         | 15,850         | 1,550        |
| 173/2017           | Каша гречневая вязкая с маслом                               | 180/5  | 7,990         | 10,830        | 41,000         | 204               | 0,350             | 0,000            | 0                | 0,621            | 44,800         | 204,700        | 53,500         | 1,321        |
| ТТК №1             | Чай полусладкий                                              | 200/7  | 0,200         | 0,000         | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970          | 7,500          | 6,500          | 0,200        |
| 1/2017             | Хлеб Ржаной                                                  | 20     | 1,00          | 0,20          | 9,00           | 44,00             | 0,01              | 0,00             | 0,00             | 0,11             | 2,76           | 12,72          | 3,00           | 0,37         |
| 1/2017             | Хлеб Пшеничный                                               | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00           | 19,50          | 4,20           | 0,33         |
|                    | <b>Итого</b>                                                 |        | <b>20,75</b>  | <b>19,060</b> | <b>88,26</b>   | <b>522</b>        | <b>0,491</b>      | <b>4,19</b>      | <b>12,00</b>     | <b>1,934</b>     | <b>93,53</b>   | <b>337,67</b>  | <b>83,1</b>    | <b>3,773</b> |
| <b>2-й завтрак</b> |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| 88/2017            | Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной | 250/10 | 13,690        | 14,620        | 8,740          | 233,00            | 0,057             | 18,460           | 0,000            | 0,000            | 43,320         | 47,620         | 22,250         | 0,790        |
| 1/2017             | Хлеб Пшеничный                                               | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00           | 19,50          | 4,20           | 0,33         |
| ТТК №1             | Чай полусладкий                                              | 200/7  | 0,200         | 0,000         | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970          | 7,500          | 6,500          | 0,200        |
|                    | <b>Итого</b>                                                 |        | <b>16,170</b> | <b>14,86</b>  | <b>37,200</b>  | <b>360</b>        | <b>0,098</b>      | <b>22,210</b>    | <b>0</b>         | <b>0,405</b>     | <b>59,29</b>   | <b>74,62</b>   | <b>32,95</b>   | <b>1,32</b>  |
|                    | <b>Итого за день</b>                                         |        | <b>36,920</b> | <b>33,920</b> | <b>125,460</b> | <b>882,450</b>    | <b>0,589</b>      | <b>26,400</b>    | <b>12,000</b>    | <b>2,339</b>     | <b>152,820</b> | <b>412,290</b> | <b>116,000</b> | <b>5,093</b> |
| <b>2 день</b>      |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| <b>1-й завтрак</b> |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| 2/2021             | Салат Витаминный                                             | 60     | 0,720         | 3,060         | 3,300          | 43,80             | 0,020             | 7,80             | 0                | 1,440            | 20,400         | 18,000         | 10,800         | 0,560        |
| 289/2017           | Рагу из птицы                                                | 50/180 | 17,370        | 15,620        | 20,010         | 290,500           | 0,120             | 15,300           | 0,530            | 7,300            | 51,300         | 190,700        | 27,400         | 2,800        |
| ТТК №1             | Чай полусладкий                                              | 200/7  | 0,200         | 0,000         | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970          | 7,500          | 6,500          | 0,200        |
| 1/2017             | Хлеб Ржаной                                                  | 20     | 1,00          | 0,20          | 9,00           | 44,00             | 0,01              | 0,00             | 0,00             | 0,11             | 2,76           | 12,72          | 3,00           | 0,37         |
| 1/2017             | Хлеб Пшеничный                                               | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00           | 19,50          | 4,20           | 0,33         |
|                    | <b>Итого</b>                                                 |        | <b>21,570</b> | <b>19,120</b> | <b>60,770</b>  | <b>505,300</b>    | <b>0,195</b>      | <b>26,850</b>    | <b>0,530</b>     | <b>9,253</b>     | <b>90,430</b>  | <b>248,420</b> | <b>51,900</b>  | <b>4,262</b> |
| <b>2-й завтрак</b> |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| 102/2017           | Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне                   | 250    | 17,070        | 15,080        | 16,440         | 270,68            | 0,070             | 5,810            | 0,000            | 0,000            | 50,280         | 137,970        | 38,300         | 1,800        |
| 1/2017             | Хлеб Пшеничный                                               | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00           | 19,50          | 4,20           | 0,33         |
| ТТК №1             | Чай полусладкий                                              | 200/7  | 0,200         | 0,000         | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970          | 7,500          | 6,500          | 0,200        |
|                    | <b>Итого</b>                                                 |        | <b>19,550</b> | <b>15,32</b>  | <b>44,900</b>  | <b>397,68</b>     | <b>0,111</b>      | <b>9,560</b>     | <b>0</b>         | <b>0,405</b>     | <b>66,25</b>   | <b>164,97</b>  | <b>49,00</b>   | <b>2,33</b>  |
|                    | <b>Итого за день</b>                                         |        | <b>41,120</b> | <b>34,440</b> | <b>105,670</b> | <b>902,980</b>    | <b>0,306</b>      | <b>36,410</b>    | <b>0,530</b>     | <b>9,658</b>     | <b>156,680</b> | <b>413,390</b> | <b>100,900</b> | <b>6,592</b> |
| <b>3 день</b>      |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| <b>1-й завтрак</b> |                                                              |        |               |               |                |                   |                   |                  |                  |                  |                |                |                |              |
| 290/2017           | Мякоть птицы тушеная в соусе                                 | 50/50  | 10,650        | 10,760        | 11,630         | 185,96            | 0,000             | 6,330            | 0,000            | 0,960            | 85,190         | 63,200         | 15,720         | 1,800        |
| 203/2017           | Макаронны отварные с маслом                                  | 180/5  | 6,120         | 5,360         | 34,200         | 241,4             | 0,104             | 0,000            | 0,120            | 0,980            | 19,750         | 68,410         | 10,170         | 1,043        |
| ТТК №3             | Напиток из сухофруктов полусладкий                           | 200    | 0,290         | 0,020         | 27,800         | 113,00            | 0,000             | 0,400            | 0,830            | 0,000            | 19,170         | 32,000         | 15,330         | 2,410        |
| 1/2017             | Хлеб Ржаной                                                  | 20     | 1,00          | 0,20          | 9,00           | 44,00             | 0,01              | 0,00             | 0,00             | 0,11             | 2,76           | 12,72          | 3,00           | 0,37         |
| 1/2017             | Хлеб Пшеничный                                               | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00           | 19,50          | 4,20           | 0,33         |

|          |                                                      |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
|----------|------------------------------------------------------|--------|--------|--------|---------|----------|-------|--------|---------|-------|---------|---------|--------|-------|
|          | Итого                                                |        | 20,340 | 16,58  | 97,390  | 655,36   | 0,151 | 6,73   | 0,95    | 2,378 | 132,87  | 195,83  | 48,42  | 5,96  |
|          | <b>2-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
| 96/2017  | Рассольник Ленинградский на м/к бульоне со сметаной  | 250/10 | 14,050 | 14,830 | 16,850  | 258,68   | 0,100 | 3,750  | 0,000   | 0,000 | 26,450  | 71,950  | 25,900 | 0,970 |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00    | 0,03  | 0,00   | 0,00    | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00    | 0,008 | 3,750  | 0,000   | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200 |
|          | Итого                                                |        | 16,530 | 15,07  | 45,310  | 385,68   | 0,141 | 7,500  | 0       | 0,405 | 42,42   | 98,95   | 36,60  | 1,50  |
|          | Итого за день                                        |        | 36,870 | 31,650 | 142,700 | 1041,040 | 0,292 | 14,230 | 0,950   | 2,783 | 175,290 | 294,780 | 85,020 | 7,455 |
|          | <b>4 день</b>                                        |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
|          | <b>1-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
| 295/2015 | Котлеты куриные с соусом                             | 50/50  | 7,190  | 13,840 | 3,300   | 143,55   | 0,170 | 2,330  | 151,400 | 0,550 | 116,440 | 178,110 | 19,000 | 0,111 |
| 312/2017 | Картофельное пюре                                    | 180    | 3,710  | 9,940  | 26,400  | 206,4    | 0,197 | 9,530  | 0,096   | 0,280 | 57,370  | 118,600 | 9,600  | 0,000 |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00    | 0,008 | 3,750  | 0,000   | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200 |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                                          | 20     | 1,00   | 0,20   | 9,00    | 44,00    | 0,01  | 0,00   | 0,00    | 0,11  | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37  |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00    | 0,03  | 0,00   | 0,00    | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
|          | Итого                                                |        | 14,38  | 24,22  | 67,16   | 520,95   | 0,422 | 15,610 | 151,496 | 1,343 | 192,540 | 336,43  | 42,30  | 1,013 |
|          | <b>2-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
| 113/2017 | Суп-лапша домашняя с мясом птицы                     | 250/15 | 7,880  | 12,070 | 10,910  | 183,79   | 0,090 | 3,230  | 0,700   | 0,270 | 105,940 | 130,510 | 10,040 | 1,020 |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00    | 0,03  | 0,00   | 0,00    | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00    | 0,008 | 3,750  | 0,000   | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200 |
|          | Итого                                                |        | 10,360 | 12,31  | 39,370  | 310,79   | 0,131 | 6,980  | 0,7     | 0,675 | 121,91  | 157,51  | 20,74  | 1,55  |
|          | Итого за день                                        |        | 24,740 | 36,530 | 106,530 | 831,740  | 0,553 | 22,590 | 152,196 | 2,018 | 314,450 | 493,940 | 63,040 | 2,563 |
|          | <b>5 день</b>                                        |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
|          | <b>1-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
| 259/2017 | Жаркое по-домашнему с мясом птицы                    | 50/180 | 25,120 | 20,270 | 28,700  | 398      | 0,000 | 0,980  | 0,000   | 0,000 | 3,400   | 4,380   | 1,460  | 0,100 |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00    | 0,008 | 3,750  | 0,000   | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200 |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                                          | 20     | 1,00   | 0,20   | 9,00    | 44,00    | 0,01  | 0,00   | 0,00    | 0,11  | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37  |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00    | 0,03  | 0,00   | 0,00    | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
|          | Итого                                                |        | 28,600 | 20,710 | 66,160  | 568,900  | 0,055 | 4,730  | 0,000   | 0,513 | 22,130  | 44,100  | 15,16  | 1,002 |
|          | <b>2-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
| 98/2017  | Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне со сметаной | 250/10 | 6,900  | 11,100 | 15,700  | 191      | 0,040 | 5,810  | 0,280   | 0,000 | 35,870  | 184,500 | 50,170 | 1,900 |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00    | 0,03  | 0,00   | 0,00    | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00    | 0,008 | 3,750  | 0,000   | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200 |
|          | Итого                                                |        | 9,380  | 11,34  | 44,160  | 318      | 0,081 | 9,560  | 0,28    | 0,405 | 51,84   | 211,5   | 60,87  | 2,43  |
|          | Итого за день                                        |        | 37,980 | 32,050 | 110,320 | 886,900  | 0,136 | 14,290 | 0,280   | 0,918 | 73,970  | 255,600 | 76,030 | 3,432 |
|          | <b>6 день</b>                                        |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
|          | <b>1-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
| ТТК № 42 | Сосиски отварные с соусом томатным                   | 50/50  | 4,460  | 7,600  | 5,630   | 108,78   | 0,020 | 2,640  | 0,010   | 0,180 | 13,400  | 7,240   | 9,270  | 0,500 |
| 203/2017 | Макароны отварные с маслом                           | 180/5  | 6,120  | 5,360  | 34,200  | 241,4    | 0,104 | 0,000  | 0,120   | 0,980 | 19,750  | 68,410  | 10,170 | 1,043 |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00    | 0,008 | 3,750  | 0,000   | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200 |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                                          | 20     | 1,00   | 0,20   | 9,00    | 44,00    | 0,01  | 0,00   | 0,00    | 0,11  | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37  |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00    | 0,03  | 0,00   | 0,00    | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
|          | Итого                                                |        | 14,060 | 13,400 | 77,290  | 521,180  | 0,179 | 6,390  | 0,130   | 1,673 | 51,880  | 115,370 | 33,140 | 2,445 |
|          | <b>2-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |          |       |        |         |       |         |         |        |       |
| 116/2017 | Суп рисовый с томатом на м/к бульоне                 | 250    | 1,820  | 5,200  | 16,500  | 122      | 0,010 | 1,500  | 0,000   | 0,060 | 21,370  | 12,270  | 5,170  | 0,300 |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00    | 0,03  | 0,00   | 0,00    | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00    | 0,008 | 3,750  | 0,000   | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200 |
|          | Итого                                                |        | 4,300  | 5,44   | 44,960  | 249      | 0,051 | 5,250  | 0       | 0,465 | 37,34   | 39,27   | 15,87  | 0,83  |
|          | Итого за день                                        |        | 18,360 | 18,840 | 122,250 | 770,180  | 0,230 | 11,640 | 0,130   | 2,138 | 89,220  | 154,640 | 49,010 | 3,275 |

|                  | Масса порции, гр | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) Белки | Пищевые вещества (гр) Жиры | Пищевые вещества (гр) Углеводы | Энерг. ценность (ккал) | Витамины (мг) В1 | Витамины (мг) С | Витамины (мг) А | Витамины (мг) Е | Са, мг | Р, мг  | Mg, мг | Fe, мг |
|------------------|------------------|------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------|--------|--------|--------|
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: |                  |                  | 119,7                       | 113,1                      | 457,0                          | 3294,1                 | 1,5              | 64,5            | 165,1           | 17,1            | 583,4  | 1277,8 | 274,0  | 18,5   |



| В среднем в день: |                                                        |          | 23,40    | 25,15   | 97,00          | 720,90            | 0,40              | 17,52            | 0,18             | 2,70             | 146,40  | 322,70  | 75,18   | 3,55   |
|-------------------|--------------------------------------------------------|----------|----------|---------|----------------|-------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------|---------|---------|--------|
| рецептур<br>ы     | Наименование блюд                                      | Выход    | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,<br>г | Калорийн<br>ость, | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг  | Р, мг   | Mg, мг  | Fe, мг |
|                   | 2-ая неделя                                            |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
|                   | 1 день                                                 |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
|                   | 1-й завтрак                                            |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
| ТТК-9             | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным                 | 50/50    | 12,540   | 19,040  | 9,930          | 261,21            | 0,010             | 0,110            | 3,330            | 0,110            | 186,250 | 6,200   | 25,180  | 1,150  |
| 173/2017          | Каша гречневая вязкая с маслом                         | 180/5    | 7,990    | 10,830  | 41,000         | 204               | 0,350             | 0,000            | 0                | 0,621            | 44,800  | 204,700 | 53,500  | 1,321  |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                                        | 200/7    | 0,200    | 0,000   | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200  |
| 1/2017            | Хлеб Ржаной                                            | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00           | 44,00             | 0,01              | 0,00             | 0,00             | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00    | 0,37   |
| 1/2017            | Хлеб Пшеничный                                         | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33   |
|                   | Итого                                                  |          | 24,01    | 30,310  | 88,390         | 636,2             | 0,415             | 3,86             | 3,33             | 1,244            | 249,78  | 250,620 | 92,380  | 3,373  |
|                   | 2-й завтрак                                            |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
| 96/2017           | Рассольник Ленинградский на м/к бульоне со сметаной    | 250/10   | 14,050   | 14,830  | 16,850         | 258,68            | 0,100             | 3,750            | 0,000            | 0,000            | 26,450  | 71,950  | 25,900  | 0,970  |
| 1/2017            | Хлеб Пшеничный                                         | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33   |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                                        | 200/7    | 0,200    | 0,000   | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200  |
|                   | Итого                                                  |          | 16,530   | 15,07   | 45,310         | 385,68            | 0,141             | 7,500            | 0                | 0,405            | 42,42   | 98,95   | 36,60   | 1,50   |
|                   | Итого за день                                          |          | 40,540   | 45,380  | 133,700        | 1021,890          | 0,556             | 11,360           | 3,330            | 1,649            | 292,200 | 349,570 | 128,980 | 4,873  |
|                   | 2 день                                                 |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
|                   | 1-й завтрак                                            |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
| 45/2017           | Салат из свежей капусты                                | 60       | 0,78     | 1,94    | 3,87           | 36                | 0,013             | 6,25             | 0                | 0,06             | 16,98   | 46,98   | 6,05    | 0,27   |
| 291/2017          | Плов из птицы                                          | 50/180   | 15,310   | 14,270  | 25,690         | 292               | 0,240             | 5,640            | 0,120            | 1,400            | 95,530  | 300,950 | 46,520  | 2,190  |
| 377/2017          | Чай с лимоном (полусладкий)                            | 200/10/7 | 0,084    | 0,012   | 15,185         | 62                | 0,003             | 2,800            | 0                | 0,014            | 3,250   | 1,540   | 0,840   | 0,087  |
| 1/2017            | Хлеб Ржаной                                            | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00           | 44,00             | 0,01              | 0,00             | 0,00             | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00    | 0,37   |
| 1/2017            | Хлеб Пшеничный                                         | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33   |
|                   | Итого                                                  |          | 19,45    | 16,66   | 68,51          | 505,43            | 0,30              | 14,69            | 0,12             | 1,91             | 124,52  | 381,69  | 60,61   | 3,25   |
|                   | 2-й завтрак                                            |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
| 103/2017          | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом п     | 250/15   | 7,600    | 6,800   | 18,600         | 187               | 0,100             | 6,200            | 0,210            | 0,630            | 24,000  | 94,300  | 26,300  | 1,700  |
| 1/2017            | Хлеб Пшеничный                                         | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33   |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                                        | 200/7    | 0,200    | 0,000   | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200  |
|                   | Итого                                                  |          | 10,080   | 7,04    | 47,060         | 314               | 0,141             | 9,950            | 0,21             | 1,035            | 39,97   | 121,3   | 37,00   | 2,23   |
|                   | Итого за день                                          |          | 29,534   | 23,702  | 115,565        | 819,430           | 0,444             | 24,640           | 0,330            | 2,947            | 164,490 | 502,990 | 97,610  | 5,479  |
|                   | 3 день                                                 |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
|                   | 1-й завтрак                                            |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
| ТТК № 6           | Биточки рыбные «Морячка» с соусом сметанным с луком    | 50/50    | 12,20    | 4,70    | 9,200          | 136,2             | 0,150             | 2,400            | 0,044            | 0,810            | 21,900  | 120,700 | 40,440  | 0,900  |
| 174/2017          | Каша ячневая вязкая с маслом                           | 180/5    | 6,580    | 9,900   | 35,300         | 257,4             | 0,110             | 0,000            | 0,490            | 0,620            | 44,820  | 180,553 | 32,800  | 0,850  |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                                        | 200/7    | 0,200    | 0,000   | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200  |
| 1/2017            | Хлеб Ржаной                                            | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00           | 44,00             | 0,01              | 0,00             | 0,00             | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00    | 0,37   |
| 1/2017            | Хлеб Пшеничный                                         | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33   |
|                   | Итого                                                  |          | 22,260   | 15,04   | 81,960         | 564,6             | 0,315             | 6,150            | 0,53             | 1,943            | 85,450  | 340,973 | 86,940  | 2,65   |
|                   | 2-й завтрак                                            |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
| 82/2017           | Борщ с картофелем, капустой на м/к бульоне со сметаной | 250/10   | 12,450   | 13,030  | 24,900         | 233               | 0,080             | 8,780            | 0,000            | 0,000            | 8,800   | 64,420  | 29,950  | 1,300  |
| 1/2017            | Хлеб Пшеничный                                         | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33   |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                                        | 200/7    | 0,200    | 0,000   | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200  |
|                   | Итого                                                  |          | 14,930   | 13,27   | 53,360         | 360,2             | 0,121             | 12,530           | 0                | 0,405            | 24,77   | 91,42   | 40,65   | 1,83   |
|                   | Итого за день                                          |          | 37,190   | 28,310  | 135,320        | 924,800           | 0,436             | 18,680           | 0,534            | 2,348            | 110,220 | 432,393 | 127,590 | 4,482  |
|                   | 4 день                                                 |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
|                   | 1-й завтрак                                            |          |          |         |                |                   |                   |                  |                  |                  |         |         |         |        |
| ТТК №37           | Котлеты Любимые с соусом томатным                      | 50/50    | 10,250   | 10,550  | 14,400         | 190,30            | 0,060             | 0,035            | 0,162            | 0,850            | 30,550  | 124,370 | 16,840  | 1,340  |
| 173/2017          | Каша пшенная вязкая с маслом                           | 180/5    | 6,780    | 5,360   | 33,600         | 210               | 0,104             | 0,000            | 0                | 0,980            | 19,800  | 56,500  | 10,200  | 1,040  |
| ТТК №1            | Чай полусладкий                                        | 200/7    | 0,200    | 0,000   | 13,700         | 56,00             | 0,008             | 3,750            | 0,000            | 0,075            | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200  |
| 1/2017            | Хлеб Ржаной                                            | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00           | 44,00             | 0,01              | 0,00             | 0,00             | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00    | 0,37   |
| 1/2017            | Хлеб Пшеничный                                         | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76          | 71,00             | 0,03              | 0,00             | 0,00             | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33   |



|          |                                                      |        |        |        |         |         |       |        |       |       |         |         |         |       |
|----------|------------------------------------------------------|--------|--------|--------|---------|---------|-------|--------|-------|-------|---------|---------|---------|-------|
|          | Итого                                                |        | 20,51  | 16,350 | 85,460  | 571,30  | 0,219 | 3,785  | 0,412 | 2,343 | 69,080  | 220,59  | 40,740  | 3,282 |
|          | <b>2-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |         |       |        |       |       |         |         |         |       |
| 102/2017 | Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне           | 250    | 17,070 | 15,080 | 16,440  | 270,68  | 0,070 | 5,810  | 0,000 | 0,000 | 50,280  | 137,970 | 38,300  | 1,800 |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00   | 0,03  | 0,00   | 0,00  | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33  |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00   | 0,008 | 3,750  | 0,000 | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200 |
|          | Итого                                                |        | 19,550 | 15,32  | 44,900  | 397,68  | 0,111 | 9,560  | 0     | 0,405 | 66,25   | 164,97  | 49,00   | 2,33  |
|          | Итого за день                                        |        | 40,060 | 31,670 | 130,360 | 968,980 | 0,330 | 13,345 | 0,412 | 2,748 | 135,330 | 385,560 | 89,740  | 5,612 |
|          | <b>5 день</b>                                        |        |        |        |         |         |       |        |       |       |         |         |         |       |
|          | <b>1-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |         |       |        |       |       |         |         |         |       |
| 347/2021 | Котлеты Школьные с соусом                            | 50/50  | 11,470 | 10,600 | 11,250  | 183,6   | 0,110 | 6,330  | 0,000 | 0,940 | 85,360  | 64,600  | 15,800  | 1,790 |
| 199/2017 | Пюре из гороха с маслом                              | 180/5  | 20,700 | 1,440  | 45,720  | 278     | 0,590 | 0,000  | 0,000 | 0,260 | 113,600 | 33,120  | 41,130  | 1,500 |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00   | 0,008 | 3,750  | 0,000 | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200 |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                                          | 20     | 1,00   | 0,20   | 9,00    | 44,00   | 0,01  | 0,00   | 0,00  | 0,11  | 2,76    | 12,72   | 3,00    | 0,37  |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00   | 0,03  | 0,00   | 0,00  | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33  |
|          | Итого                                                |        | 35,65  | 12,480 | 94,430  | 633,00  | 0,755 | 10,080 | 0,000 | 1,713 | 217,690 | 137,440 | 70,630  | 4,192 |
|          | <b>2-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |         |       |        |       |       |         |         |         |       |
| 108/2017 | Суп картофельный с клецками на м/к бульоне           | 250    | 3,560  | 4,590  | 18,790  | 179,35  | 0,110 | 5,750  | 0,210 | 1,100 | 33,400  | 72,220  | 25,300  | 1,200 |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00   | 0,03  | 0,00   | 0,00  | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33  |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00   | 0,008 | 3,750  | 0,000 | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200 |
|          | Итого                                                |        | 6,040  | 4,83   | 47,250  | 306,35  | 0,151 | 9,500  | 0,21  | 1,505 | 49,37   | 99,22   | 36,00   | 1,73  |
|          | Итого за день                                        |        | 41,690 | 17,310 | 141,680 | 939,350 | 0,906 | 19,580 | 0,210 | 3,218 | 267,060 | 236,660 | 106,630 | 5,922 |
|          | <b>6 день</b>                                        |        |        |        |         |         |       |        |       |       |         |         |         |       |
|          | <b>1-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |         |       |        |       |       |         |         |         |       |
| ТТК № 42 | Сосиски отварные с соусом томатным                   | 50/50  | 4,460  | 7,600  | 5,630   | 108,78  | 0,020 | 2,640  | 0,010 | 0,180 | 13,400  | 7,240   | 9,270   | 0,500 |
| 173/2017 | Каша гречневая вязкая с маслом                       | 180/5  | 7,990  | 10,830 | 41,000  | 204     | 0,350 | 0,000  | 0     | 0,621 | 44,800  | 204,700 | 53,500  | 1,321 |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00   | 0,008 | 3,750  | 0,000 | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200 |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                                          | 20     | 1,00   | 0,20   | 9,00    | 44,00   | 0,01  | 0,00   | 0,00  | 0,11  | 2,76    | 12,72   | 3,00    | 0,37  |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00   | 0,03  | 0,00   | 0,00  | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33  |
|          | Итого                                                |        | 15,930 | 18,870 | 84,090  | 483,780 | 0,425 | 6,390  | 0,010 | 1,314 | 76,930  | 251,660 | 76,470  | 2,723 |
|          | <b>2-й завтрак</b>                                   |        |        |        |         |         |       |        |       |       |         |         |         |       |
| 98/2017  | Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне со сметаной | 250/10 | 6,900  | 11,100 | 15,700  | 191     | 0,040 | 5,810  | 0,280 | 0,000 | 35,870  | 184,500 | 50,170  | 1,900 |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                       | 30     | 2,28   | 0,24   | 14,76   | 71,00   | 0,03  | 0,00   | 0,00  | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33  |
| ТТК №1   | Чай полусладкий                                      | 200/7  | 0,200  | 0,000  | 13,700  | 56,00   | 0,008 | 3,750  | 0,000 | 0,075 | 9,970   | 7,500   | 6,500   | 0,200 |
|          | Итого                                                |        | 9,380  | 11,34  | 44,160  | 318     | 0,081 | 9,560  | 0,28  | 0,405 | 51,84   | 211,5   | 60,87   | 2,43  |
|          | Итого за день                                        |        | 25,310 | 30,210 | 128,250 | 801,780 | 0,506 | 15,950 | 0,290 | 1,719 | 128,770 | 463,160 | 137,340 | 5,153 |

|                   | Масса порции, гр | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) Белки | Пищевые вещества (гр) Жиры | Пищевые вещества (гр) Углеводы | Энерг. ценность (ккал) | Витамин ы (мг) B1 | Витамин ы (мг) C | Витамин ы (мг) A | Витамины (мг) E | Ca, мг | P, мг  | Mg, мг | Fe, мг |
|-------------------|------------------|------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|-----------------|--------|--------|--------|--------|
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:  |                  |                  | 137,8                       | 109,7                      | 502,8                          | 3394,3                 | 2,4               | 45,0             | 4,4              | 10,5            | 823,5  | 1583,0 | 427,8  | 19,5   |
| В среднем в день: |                  |                  | 23,80                       | 25,10                      | 98,50                          | 730,30                 | 0,45              | 19,40            | 0,70             | 2,62            | 190,32 | 343,50 | 83,10  | 4,90   |

|                   | Масса порции, гр | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) Белки | Пищевые вещества (гр) Жиры | Пищевые вещества (гр) Углеводы | Энерг. ценность (ккал) | Витамин ы (мг) B1 | Витамин ы (мг) C | Витамин ы (мг) A | Витамины (мг) E | Ca, мг | P, мг  | Mg, мг | Fe, мг |
|-------------------|------------------|------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|-----------------|--------|--------|--------|--------|
| ИТОГО ЗА 12 ДНЕЙ: |                  |                  | 257,5                       | 222,8                      | 959,9                          | 6688,5                 | 3,9               | 109,5            | 169,5            | 27,6            | 1406,8 | 2860,8 | 701,7  | 37,9   |
| В среднем в день: |                  |                  | 23,57                       | 25,13                      | 97,70                          | 725,60                 | 0,42              | 18,44            | 0,42             | 2,64            | 168,36 | 333,10 | 79,14  | 4,22   |