

УТВЕРЖДАЮ



Директор ООО «Каскад»
Н.А.Елькина

СОГЛАСОВАНО



Директор MAOU СОШ № 30
Е.Ю. Сергунин

Основное десятидневное меню для детей 1-4 и 5-11 классов, обучающихся в MAOU СОШ № 30

(за счет средств родителей и субсидии, выделенной муниципальному образованию «Город Екатеринбург» из областного бюджета на обеспечение бесплатным питанием обучающихся в муниципальных общеобразовательных организациях)

2022 год

Обед

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
ТТК	Суп с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,29	0	7,08	5,12	12,8	138,69
№303(1996)	Рыба припущенная	90	20,35	20,26	6,44	0,01	0,81	142,04
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0	0,35	0,35	22,84	108,14
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			35,5	20,96	19,55	6,34	100,33	706,3
Итого за день			56,04	21,72	46,42	7,25	198,84	1412,87

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№63(2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями	100	17,22	0,68	6,62	0,2	10,82	165,42
ТТК	Рис припущенный	180	4,18	0,03	5,13	0,63	43,96	239,35
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
ТТК	Слойка с начинкой	60	4,26	0,14	15,48	0,02	24,2	248,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			28,69	0,85	27,67	1,3	111,39	794,81

Обед

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
№16(2004)	Салат из свежих огурцов с льняным маслом	100	0,71	0	9,88	7,43	3,09	102,14
ТТК	Суп с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,29	0	7,08	5,12	12,8	138,69
№303(1996)	Рыба припущенная	100	22,61	22,51	7,15	0,01	0,9	157,83
№472(1996)	Пюре картофельное	180	3,85	0,84	6,39	0,6	28,08	183,63
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,6	23,35	30,89	13,56	91,4	775,79
Итого за день			65,29	24,2	58,56	14,86	202,79	1570,6

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Суп с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,29	0	7,08	5,12	12,8	138,69
№303(1996)	Рыба припущенная	90	20,35	20,26	6,44	0,01	0,81	142,04
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0	0,35	0,35	22,84	108,14
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			35,5	20,96	19,55	6,34	100,33	706,3

МЕНЮ 1 день (понедельник)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	5/15/25	5,75	3,89	8,15	0,2	12,73	148,24
№449(1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой	200	17,91	0	14,57	12,88	44,18	374,47
ТТК	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	23,5	95
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			27,18	3,89	23,2	13,56	103,81	728,51

1-4 классы дотация 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	250/10	7,53	0,87	4,75	0,32	10,88	122,24
№416(1996)	Шницель из говядины с отрубями	90	15,58	0	9,71	3,32	14,37	204,09
№486(1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0	7,06	7,06	18,5	142,54
№1041(1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0	0,01	0,02	22,52	88,47
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0	0,39	0,39	25,38	120,15
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			30,66	0,87	24,3	11,13	103,32	762,49

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/15/25	5,78	3,92	12,22	0,22	11,57	181,1569
№449(1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой	260	22,01	0	15,58	13,56	58,58	456,4479
ТТК	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0	0	0	0	23,03	87,514
пром.	Хлеб ржаной	20	1,2	0	0,15	0,15	6,98	34,5
Итого за 'Завтрак '			28,99	3,92	27,95	13,93	100,16	759,62

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	5/15/25	5,75	3,89	8,15	0,2	12,73	148,24
№449(1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой	200	17,91	0	14,57	12,88	44,18	374,47
ТТК	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	23,5	95
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			27,18	3,89	23,2	13,56	103,81	728,51

Обед

ТТК	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	250/10	7,53	0,87	4,75	0,32	10,88	122,24
№416(1996)	Шницель из говядины с отрубями	90	15,58	0	9,71	3,32	14,37	204,09
№486(1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0	7,06	7,06	18,5	142,54
№1041(1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0	0,01	0,02	22,52	88,47
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0	0,39	0,39	25,38	120,15
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			30,66	0,87	24,3	11,13	103,32	762,49
Итого за день			57,84	4,87	47,5	24,69	207,13	1491

МЕНЮ 2 день (вторник)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№296(1996)	Пудинг из творога со сгущенным молоком	130/20	21,1	19,52	14,45	0,14	41,74	377,88
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	0,97	0	0,18	0,18	6,13	28,43
Итого за 'Завтрак '			23,8	19,52	14,84	0,53	72,1	510,1
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77		79		335	2350
Отклонение			-53,2		-64,16		-262,9	-1839,9
Содержание, % от калорийности			14		35		50	

1-4 классы дотация 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
№110(1994)	Борщ на мясном бульоне с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	2,95	0,14	3,57	1,51	8,23	74,02
№47(2004)	Фрикадельки из говядины с отрубями	90	14,4	0,02	9,13	0,24	7,8	167,39
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			26	0,18	17,98	2,78	99,23	647,09
5-11 классы ко			26,95		27,65		117,25	822,5
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			-0,95		-9,67		-18,02	-175,41
Отклонение			14		35		50	
Содержание, % от калорийности								

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,43	0	3,99	3,02	2,04	45,4
№50(2003)	Котлета "Детская"	100	16,25	2,54	13,03	6,23	11,55	228,11
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44	254,69
№630(1996)	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			27,02	2,57	23,42	10,55	95,81	695,55

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№296(1996)	Пудинг из творога со сгущенным молоком	130/20	21,1	19,52	14,45	0,14	41,74	377,88
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	0,97	0	0,18	0,18	6,13	28,43
Итого за 'Завтрак '			23,8	19,52	14,84	0,53	72,1	510,1

Обед

№110(1994)	Борщ на мясном бульоне с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	2,95	0,14	3,57	1,51	8,23	74,02
№47(2004)	Фрикадельки из говядины с отрубями	90	14,4	0,02	9,13	0,24	7,8	167,39
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			26	0,18	17,98	2,78	99,23	647,09
Итого за день			49,8	19,7	32,82	3,31	171,33	1157,19

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№296(1996)	Пудинг из творога со сгущенным молоком	140/15	22,25	20,55	14,97	0,15	41,26	385,54
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			26,02	20,55	15,49	0,68	78,74	551,27

Обед

№110(1994)	Борщ на мясном бульоне с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	5,1	0,25	6,18	2,61	14,26	128,31
№47(2004)	Фрикадельки из говядины с отрубями	100	16,47	14,92	10,8	0,27	8,46	193,33
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44	254,69
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
№695(1996)	Ватрушка с повидлом	75	4,62	0,59	2,28	0,76	45,59	217
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			38,09	15,78	25,8	5,08	173,09	1053,83
Итого за день			64,11	36,33	41,29	5,76	251,83	1605,1

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
№110(1994)	Борщ на мясном бульоне с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	2,95	0,14	3,57	1,51	8,23	74,02
№47(2004)	Фрикадельки из говядины с отрубями	90	14,4	0,02	9,13	0,24	7,8	167,39
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			26	0,18	17,98	2,78	99,23	647,09

МЕНЮ 3 день (среда)
1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№1(2004)	Бутерброд с маслом (батон)	10/20	1,56	0,05	8,67	0,59	10,53	126,08
№43(2003)	Суфле "Рыбка"	90	2,55	1,42	10,17	1,58	14,17	155,02
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			10,35	2,17	24,61	3,12	80,5	575,85

1-4 классы дотация 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№401(1996)	Гуляш из говядины	90	14,08	0	10,94	4,32	3,64	168,7
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	1,56	0	19,79	88,69
5-11 классы	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			31,36	0,27	25,31	9,39	106,83	758,65

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,16	0	1,98	1,49	0,69	20,74
№422(1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0	13,11	7,74	13,8	215,84
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,87	0,03	6,99	2,74	51,54	295,42
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	1,56	0	19,79	88,69
	- Выпечка в ассортименте	50	4,62	0,59	2,28	0,76	45,59	217
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			27,76	0,63	26,15	12,96	139,58	875,6

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№1(2004)	Бутерброд с маслом (батон)	10/20	1,56	0,05	8,67	0,59	10,53	126,08
№43(2003)	Суфле "Рыбка"	90	2,55	1,42	10,17	1,58	14,17	155,02
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			10,35	2,17	24,61	3,12	80,5	575,85

Обед

ТТК	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№401(1996)	Гуляш из говядины	90	14,08	0	10,94	4,32	3,64	168,7
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	1,56	0	19,79	88,69
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			31,36	0,27	25,31	9,39	106,83	758,65
Итого за день			41,71	2,44	49,92	12,51	187,33	1334,5

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№1(2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/20	1,56	0,05	8,67	0,59	10,53	126,08
№43(2003)	Суфле "Рыбка"	100	2,83	1,58	11,31	1,77	15,74	172,36
№472(1996)	Пюре картофельное	180	3,85	0,84	6,39	0,6	28,08	183,63
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			11,27	2,46	26,82	3,41	86,75	623,78

Обед

№19(2004)	Салат из свежих помидоров с льняным маслом	100	0,97	0	9,96	7,52	4,59	110,96
ТТК	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№401(1996)	Гуляш из говядины	100	15,63	15,01	12,15	4,8	4,01	187,31
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,87	0,03	6,99	2,74	51,54	295,42
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	1,56	0	19,79	88,69
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			35,18	15,29	36,99	17,89	117,07	917,69
Итого за день			46,45	17,75	63,81	21,3	203,82	1541,47

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№401(1996)	Гуляш из говядины	90	14,08	0	10,94	4,32	3,64	168,7
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	1,56	0	19,79	88,69
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			31,36	0,27	25,31	9,39	106,83	758,65

МЕНЮ 4 день (четверг)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/20/25	4,14	2,63	11,28	0,59	10,53	160,44
№257(1996)	Каша пшенная вязкая с маслом сливочным	250/10	10,5	3,46	13,05	2,02	50,98	361,41
№642(1996)	Какао с молоком	200	3,64	2,9	2,73	0,6	24,19	129,57
пром.	Хлеб ржаной	20	0,97	0	0,18	0,18	6,13	28,43
5-11 классы	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,32	0	0,32	0,32	9,28	38,94
Итого за 'Завтрак'			19,57	8,99	27,55	3,71	101,1	718,8

1-4 классы дотация 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Кукуруза консервированная отварная с маслом	15	0,29	0	0,37	0,37	1,6	10,64
ТТК	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	6,23	0,25	5,21	2,65	11,08	112,73
№320(1996)	Рыба запеченная под молочным соусом, с сыром	75/30	1,81	1	8,42	1,3	11,33	163,13
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0	0	0	25,11	96,32
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед'			14,54	1,95	19,73	5,22	90,84	621,82

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№320(1996)	Рыба запеченная под молочным соусом, с сыром	75/30	20,59	20,38	14,8	1,3	2,07	224,14
№472(1996)	Пюре картофельное	180	3,85	0,84	6,39	0,6	28,08	183,63
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0	0	0	25,11	96,32
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак'			27,45	21,21	21,58	2,29	73,59	590,05

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/20/25	4,14	2,63	11,28	0,59	10,53	160,44
№257(1996)	Каша пшенная вязкая с маслом сливочным	250/10	10,5	3,46	13,05	2,02	50,98	361,41
№642(1996)	Какао с молоком	200	3,64	2,9	2,73	0,6	24,19	129,57
пром.	Хлеб ржаной	20	0,97	0	0,18	0,18	6,13	28,43
-	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,32	0	0,32	0,32	9,28	38,94
Итого за 'Завтрак'			19,57	8,99	27,55	3,71	101,1	718,8

Обед

ТТК	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	6,23	0,25	5,21	2,65	11,08	112,73
№430(1996)	Запеканка картофельная с мясом	200	15,26	0,04	14,9	2,56	35,65	334,8
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0	0	0	25,11	96,32
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			24,49	0,29	20,51	5,61	90,16	629,81
Итого за день			44,06	9,28	48,06	9,32	191,26	1348,61

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/20/25	4,14	2,63	11,28	0,59	10,53	160,44
№257(1996)	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	250/10	10,5	3,46	13,05	2,02	50,98	361,41
№642(1996)	Какао с молоком	200	3,64	2,9	2,73	0,6	24,19	129,57
пром.	Хлеб ржаной	20	0,97	0	0,18	0,18	6,13	28,43
-	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,32	0	0,32	0,32	9,28	38,94
Итого за 'Завтрак '			19,57	8,99	27,55	3,71	101,1	718,8

Обед

ТТК	Кукуруза консервированная отварная с маслом	15	0,29	0	0,37	0,37	1,6	10,64
ТТК	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	6,23	0,25	5,21	2,65	11,08	112,73
№430(1996)	Запеканка картофельная с мясом, маслом	243/5	5,37	0,02	13,91	9,86	45,82	326,36
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0	0	0	25,11	96,32
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			14,89	0,27	19,89	13,28	101,93	632,01
Итого за день			34,46	9,26	47,44	16,99	203,03	1350,81

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Кукуруза консервированная отварная с маслом	15	0,29	0	0,37	0,37	1,6	10,64
ТТК	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	6,23	0,25	5,21	2,65	11,08	112,73
№320(1996)	Рыба запеченная под молочным соусом, с сыром	75/30	1,81	1	8,42	1,3	11,33	163,13
№472(1996)	Пюре картофельное	180	3,85	0,84	6,39	0,6	28,08	183,63
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0	0	0	25,11	96,32
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			31,36	0,27	25,31	9,39	106,83	758,65

МЕНЮ 5 день (пятница)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,27	0	2,01	1,52	1,27	23,97
№422(1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0	13,11	7,74	13,8	215,84
№755(1982)	Макароны отварные с овощами	150	5,02	0,01	7,88	5,45	33,3	221,48
ПГМУ(2018)	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0	0	0	0	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			20,33	0,02	23,46	15,18	90,75	642,04

1-4 классы дотация 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной	250/10	4,84	0,24	4,12	2,37	15,21	115,18
№493(2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	75/50	22,08	0,32	10,58	3,99	8,05	209,5
№466(1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
5-11 классы	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			35,92	0,58	20,17	7,42	114,12	767,43

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,43	0	3,99	3,02	2,04	45,4
№493(2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	60/50	17,84	0,32	10,07	3,99	7,35	186,44
№466(1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	47,52	259,74
ПГМУ(2018)	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0	0	0	0	18,97	70,76
№695(1996)	Ватрушка с повидлом	75	4,62	0,59	2,28	0,76	45,59	217
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,86	0	0,2	0,2	12,69	60,08
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			30,42	0,94	22,5	8,81	142,33	877,31

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,27	0	2,01	1,52	1,27	23,97
№422(1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0	13,11	7,74	13,8	215,84
№755(1982)	Макароны отварные с овощами	150	5,02	0,01	7,88	5,45	33,3	221,48
ПГМУ(2018)	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0	0	0	0	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			20,33	0,02	23,46	15,18	90,75	642,04

Обед

ТТК	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной	250/10	4,84	0,24	4,12	2,37	15,21	115,18
№493(2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	75/50	22,08	0,32	10,58	3,99	8,05	209,5
№466(1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			35,92	0,58	20,17	7,42	114,12	767,43
Итого за день			56,25	0,6	43,63	22,6	204,87	1409,47

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,27	0	2,01	1,52	1,27	25
№422(1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0	13,11	7,74	13,8	215,84
№755(1982)	Макароны отварные с овощами	180	5,02	0,01	7,88	5,45	33,3	250,48
ПГМУ(2018)	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0	0	0	0	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			20,33	0,02	23,46	15,18	90,75	704,6

Обед

ТТК	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной	250/10	4,84	0,24	4,12	2,37	15,21	115,18
№493(2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	75/50	22,08	0,32	10,58	3,99	8,05	209,5
№466(1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	47,52	259,74
№687(1996)	Пирожок печеный с мясом, рисом	75	9,68	0,89	7,44	0,8	30,26	225,91
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			35,15	0,59	20,94	7,38	111,85	762,15
Итого за день			55,48	0,61	44,4	22,56	202,6	1466,75

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной	250/10	4,84	0,24	4,12	2,37	15,21	115,18
№493(2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	75/50	22,08	0,32	10,58	3,99	8,05	209,5
№466(1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			35,92	0,58	20,17	7,42	114,12	767,43

МЕНЮ 6 день (понедельник)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0	2,97	2,23	1,03	31,11
№1(2004)	Бутерброд с сыром (батон)	15/20	5,16	3,95	4,04	0,6	9,7	96,43
№63(2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным, отрубями	90	14,67	0,6	9,67	0,17	9,28	177,43
ФБУН ЕМЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора	Каша гречневая вязкая с овощами	150	4,39	0,02	7,42	3,54	24,34	174,71
5-11 классы	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак '			26,64	4,57	24,5	6,96	70,69	592,26

1-4 классы дотация 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	9,44	0	4,7	3,17	25,8	176,86
№459(1994)	Рулет из говядины паровой	100	15,27	0	7,03	0,2	7,36	152,39
№486(1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0	7,06	7,06	18,5	142,54
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
	- Выпечка в ассортименте	50	3,82	0,52	8,61	0,39	30,11	211,44
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,15	0,52	27,94	11,37	138,47	924,78

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0	2,97	2,23	1,03	31,11
№459(1994)	Рулет из говядины паровой	100	15,27	0	7,03	0,2	7,36	152,39
ФБУН ЕМЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора	Каша гречневая вязкая с овощами	180	5,27	0,03	8,91	4,25	29,2	209,64
№686(1994)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			23,8	0,03	19,34	7,13	70	534,84

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0	2,97	2,23	1,03	31,11
№1(2004)	Бутерброд с сыром (батон)	15/20	5,16	3,95	4,04	0,6	9,7	96,43
№63(2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным, отрубями	90	14,67	0,6	9,67	0,17	9,28	177,43
ФБУН ЕМЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора	Каша гречневая вязкая с овощами	150	4,39	0,02	7,42	3,54	24,34	174,71
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак '			26,64	4,57	24,5	6,96	70,69	592,26

Обед

ТТК	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	9,44	0	4,7	3,17	25,8	176,86
№459(1994)	Рулет из говядины паровой	100	15,27	0	7,03	0,2	7,36	152,39
№486(1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0	7,06	7,06	18,5	142,54
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
	- Выпечка в ассортименте	50	3,82	0,52	8,61	0,39	30,11	211,44
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,15	0,52	27,94	11,37	138,47	924,78
Итого за день			62,79	5,09	52,44	18,33	209,16	1517,04

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0	2,97	2,23	1,03	31,11
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром	10/15/25	5,78	3,92	12,22	0,22	11,57	181,16
№63(2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями, маслом сливочным	100/5	17,3	0,7	10,67	0,21	11,56	204,2
ФБУН ЕМЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора	Каша гречневая вязкая с овощами	180	5,27	0,03	8,91	4,25	29,2	209,64
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак '			30,77	4,65	35,16	7,32	79,7	738,7

Обед

ТТК	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	9,44	0	4,7	3,17	25,8	176,86
№459(1994)	Рулет из говядины паровой	100	15,27	0	7,03	0,2	7,36	152,39
№486(1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0	7,06	7,06	18,5	142,54
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
	- Выпечка в ассортименте	50	3,82	0,52	8,61	0,39	30,11	211,44
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,15	0,52	27,94	11,37	138,47	924,78
Итого за день			66,92	5,17	63,1	18,69	218,17	1663,48

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	9,44	0	4,7	3,17	25,8	176,86
№459(1994)	Рулет из говядины паровой	100	15,27	0	7,03	0,2	7,36	152,39
№486(1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0	7,06	7,06	18,5	142,54
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
	- Выпечка в ассортименте	50	3,82	0,52	8,61	0,39	30,11	211,44
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,15	0,52	27,94	11,37	138,47	924,78

МЕНЮ 7 день (вторник)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	40/4	0,43	0	3,99	3,02	2,04	45,4
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром	5/15/20	5,75	3,89	8,15	0,2	12,73	148,24
№284(1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	14,6	15,54	22,98	7,99	2,6	275,2
ТТК	Чай ягодный	200	0,22	0	0,07	0,07	21,06	81,23
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,86	0	0,2	0,2	12,69	60,08
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			24,16	19,43	35,62	11,71	59,29	648,05

1-4 классы дотация 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Салат из свеклы с сыром	60	2,98	2,32	11,2	8,86	4,98	130,36
№129(1996)	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№702(1982)	Рагу из птицы	260	20,51	0,03	10,48	3,53	29,01	288,69
№705(2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0	0,14	0,14	26,07	99,27
5-11 классы	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			33,7	2,59	28,3	15,51	107,35	801,69

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№702(1982)	Рагу из птицы	260	20,51	0,03	10,48	3,53	29,01	288,69
ТТК	Чай ягодный	200	0,22	0	0,07	0,07	21,06	81,23
ТТК	Булочка бутербродная	50	6,87	4,09	7,73	0,45	20,52	179,49
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			31,13	4,12	18,76	4,52	93,98	659,4

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	40/4	0,43	0	3,99	3,02	2,04	45,4
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром	5/15/20	5,75	3,89	8,15	0,2	12,73	148,24
№284(1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	14,6	15,54	22,98	7,99	2,6	275,2
ТТК	Чай ягодный	200	0,22	0	0,07	0,07	21,06	81,23
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,86	0	0,2	0,2	12,69	60,08
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			24,16	19,43	35,62	11,71	59,29	648,05

Обед

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал		
№17(2004)	Салат из свеклы с сыром	60	2,98	2,32	11,2	8,86	4,98	130,36
№129(1996)	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№702(1982)	Рагу из птицы	260	20,51	0,03	10,48	3,53	29,01	288,69
№705(2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0	0,14	0,14	26,07	99,27
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			33,7	2,59	28,3	15,51	107,35	801,69
Итого за день			57,86	22,02	63,92	27,22	166,64	1449,74

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	40/4	0,43	0	3,99	3,02	2,04	45,4
№3(2004)	Бутерброд с маслом, сыром	5/15/20	5,75	3,89	8,15	0,2	12,73	148,24
№284(1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	14,6	15,54	22,98	7,99	2,6	275,2
ТТК	Чай ягодный	200	0,22	0	0,07	0,07	21,06	81,23
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,86	0	0,2	0,2	12,69	60,08
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			24,16	19,43	35,62	11,71	59,29	648,05

Обед

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал		
№17(2004)	Салат из свеклы с сыром	100	2,98	2,32	11,2	8,86	4,98	130,36
№129(1996)	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№702(1982)	Рагу из птицы	260	20,51	0,03	10,48	3,53	29,01	288,69
№705(2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0	0,14	0,14	26,07	99,27
№687(1996)	Пирожок печеный с мясом, рисом	60	8,11	0,69	6,67	0,67	26,27	196,92
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			33,7	2,59	28,3	15,51	107,35	998,6
Итого за день			57,86	22,02	63,92	27,22	166,64	1646,65

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
№17(2004)	Салат из свеклы с сыром	60	2,98	2,32	11,2	8,86	4,98	130,36
№129(1996)	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№702(1982)	Рагу из птицы	260	20,51	0,03	10,48	3,53	29,01	288,69
№705(2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0	0,14	0,14	26,07	99,27
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			33,7	2,59	28,3	15,51	107,35	801,69

МЕНЮ 8 день (среда)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№389(2004)	Биточки рыбные (паровые) из горбуши с отрубями	90	16,48	14,99	6,71	0,23	9,07	160,74
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№685(2004)	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			22,67	15,68	12,48	1,17	65,62	457,09

1-4 классы дотация 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	200/10	1,62	0,25	6,06	4,05	11,48	103,19
№50(2003)	Котлета "Детская"	90	14,63	2,29	11,73	5,61	10,4	205,3
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток из клюквы	200	0,17	0	0,12	0	25,48	98,62
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			25,46	2,56	23,28	10,77	107,41	729,3

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№389(2004)	Биточки рыбные (паровые) из горбуши с отрубями	90	18,31	16,65	7,46	0,25	10,08	178,6
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,85	0,84	6,39	0,6	28,08	183,63
№685(2004)	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	0,05	0,05	14,82	57,35
	- Выпечка в ассортименте	50	3,98	0,82	4,66	0,66	23,8	152,67
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			27,63	18,31	18,79	1,8	84,95	610,15

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№389(2004)	Биточки рыбные (паровые) из горбуши с отрубями	90	18,31	16,65	7,46	0,25	10,08	178,6
№472(1996)	Пюре картофельное	180	3,85	0,84	6,39	0,6	28,08	183,63
№685(2004)	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	0,05	0,05	14,82	57,35
	- Выпечка в ассортименте	50	3,98	0,82	4,66	0,66	23,8	152,67
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			27,63	18,31	18,79	1,8	84,95	610,15

Обед

№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	200/10	1,62	0,25	6,06	4,05	11,48	103,19
№50(2003)	Котлета "Детская"	90	14,63	2,29	11,73	5,61	10,4	205,3
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток из клюквы	200	0,17	0	0,12	0	25,48	98,62
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			25,46	2,56	23,28	10,77	107,41	729,3
Итого за день			53,09	20,87	42,07	12,57	192,36	1339,45

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№389(2004)	Биточки рыбные (паровые) из горбуши с отрубями	100	16,48	14,99	6,71	0,23	9,07	160,74
№472(1996)	Пюре картофельное	180	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№685(2004)	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			24,16	19,43	35,62	11,71	59,29	648,05

Обед

№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	200/10	1,62	0,25	6,06	4,05	11,48	103,19
№50(2003)	Котлета "Детская"	90	14,63	2,29	11,73	5,61	10,4	205,3
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток из клюквы	200	0,17	0	0,12	0	25,48	98,62
	- Выпечка в ассортименте	50	7,95	1,65	9,31	1,32	47,6	305,33
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			25,46	2,56	23,28	10,77	107,41	729,3
Итого за день			49,62	21,99	58,9	22,48	166,7	1377,35

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	200/10	1,62	0,25	6,06	4,05	11,48	103,19
№50(2003)	Котлета "Детская"	90	14,63	2,29	11,73	5,61	10,4	205,3
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток из клюквы	200	0,17	0	0,12	0	25,48	98,62
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			25,46	2,56	23,28	10,77	107,41	729,3

МЕНЮ 9 день (четверг)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№296(1996)	Пудинг из творога со сгущенным молоком	130/20	21,1	19,52	14,45	0,14	41,74	377,88
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			24,13	19,52	14,9	0,59	74,14	519,57

1-4 классы дотация 121,51

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09
ТТК	Грудка цыпленка тушеная с овощами и соусом "ароматная"	75/50	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,86	0,49	25,2	12,97	107,06	779,36

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Грудка цыпленка тушеная с овощами и соусом "ароматная"	75/50	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,2	0,03	5,84	1,44	27,09	174,83
№685(2004)	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	30	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
-	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,48	0	0,48	0,48	13,92	58,42
Итого за 'Завтрак '			30,86	0,25	18,65	8,33	80,52	596,14

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№296(1996)	Пудинг из творога со сгущенным молоком	130/20	21,1	19,52	14,45	0,14	41,74	377,88
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			24,13	19,52	14,9	0,59	74,14	519,57

Обед

ТТК	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09
ТТК	Грудка цыпленка тушеная с овощами и соусом "ароматная"	75/50	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,86	0,49	25,2	12,97	107,06	779,36
Итого за день			60,99	20,01	40,1	13,56	181,2	1298,93

5-11 классы льготное питание 233,94

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№1(2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/20	1,56	0,05	8,67	0,59	10,53	126,08
№296(1996)	Пудинг из творога со сгущенным молоком	140/20	22,25	20,55	14,97	0,15	41,26	385,54
№686(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			26,83	20,6	24,08	1,19	84,19	653,32

Обед

ТТК	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09
ТТК	Грудка цыпленка тушеная с овощами и соусом "ароматная"	75/50	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,87	0,03	6,99	2,74	51,54	295,42
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
-	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,48	0	0,48	0,48	13,92	58,42
Итого за 'Обед '			38,63	0,5	26,18	13,95	126,25	867,25
Итого за день			65,46	21,1	50,26	15,14	210,44	1520,57

1-4 классы обед ГПД 121,52

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09
ТТК	Грудка цыпленка тушеная с овощами и соусом "ароматная"	75/50	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,86	0,49	25,2	12,97	107,06	779,36

МЕНЮ 10 день (пятница)

1-4 классы дотация 81,02

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№422(1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0	10,59	6,13	11,62	175,99
ТТК	Рис припущенный	150	3,48	0,03	4,09	0,53	36,63	197,81
№685(2004)	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	0,05	0,05	14,82	57,35
-	Слойка с начинкой	60	4,26	0,14	15,48	0,02	24,2	248,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,12	0	0,12	0,12	7,61	36,05
Итого за 'Завтрак '			18,39	0,17	30,33	6,84	94,89	715,54

1-4 классы дотация 121,52

1-4 классы дотация 121,52	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед								
ТТК	Суп с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,29	0	7,08	5,12	12,8	138,69
№303(1996)	Рыба припущенная	90	20,35	20,26	6,44	0,01	0,81	142,04
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0	0,35	0,35	22,84	108,14
5-11 классы	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			35,5	20,96	19,55	6,34	100,33	706,3

5-11 классы комплекс 93,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Огурчик пикантный	25/2	0,16	0	1,98	1,49	0,69	20,74
№63(2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями	100	17,22	0,68	6,62	0,2	10,82	165,42
№36(2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,57	0,03	7,65	3,29	49,01	282,87
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
№695(1996)	Выпечка в ассортименте	50	9,37	5,64	4,55	0,77	30,48	200,41
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			34,45	6,34	21,19	6,14	137,54	862,93

1-4 классы льготное питание 202,54

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№63(2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями, соусом сметанным с томатом	90	10,96	0,6	6,42	0,16	9,88	137,08
ТТК	Рис припущенный	150	3,63	0,03	4,76	0,51	39,45	215,73
№685(2004)	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	0,05	0,05	14,82	57,35
ТТК	Слойка с начинкой	60	4,26	0,14	15,48	0,02	24,2	248,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
Итого за 'Завтрак '			20,54	0,76	26,87	0,91	98,51	706,57

Обед

ТТК	Суп с макаронными изделиями на бульоне с курицей	250	6,29	0	7,08	5,12	12,8	138,69
№303(1996)	Рыба припущенная	90	20,35	20,26	6,44	0,01	0,81	142,04
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0	0,35	0,35	22,84	108,14
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			35,5	20,96	19,55	6,34	100,33	706,3
Итого за день			56,04	21,72	46,42	7,25	198,84	1412,87

5-11 классы льготное питание 233,94

№п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак:								
№638(2004)	Фрикадельки из курицы с отрубями	100	17,22	0,68	6,62	0,2	10,82	165,42
ТТК	Рис припущенный	180	4,18	0,03	5,13	0,63	43,96	239,35
№638(2004)	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,25	0	0,05	0,06	14,08	55,73
ТТК	Салатка с начинкой	60	4,26	0,14	15,48	0,02	24,2	248,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Завтрак '			28,69	0,85	27,67	1,3	111,39	794,81

Обед:

№638(2004)	Салат из свежих огурцов с льняным маслом	100	0,71	0	9,88	7,43	3,09	102,14
ТТК	Суп с макаронными изделиями на бульоне с курицей	250	6,29	0	7,08	5,12	12,8	138,69
№303(1996)	Рыба припущенная	100	22,61	22,51	7,15	0,01	0,9	157,83
№472(1996)	Пюре картофельное	180	3,85	0,84	6,39	0,6	28,08	183,63
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,9
Итого за 'Обед '			36,6	23,35	30,89	13,56	91,4	775,79
Итого за день			65,29	24,2	58,56	14,86	202,79	1570,6

1-4 классы обед ГПД 121,52

№п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед:								
ТТК	Суп с макаронными изделиями на бульоне с курицей	250	6,29	0	7,08	5,12	12,8	138,69
№303(1996)	Рыба припущенная	90	20,35	20,26	6,44	0,01	0,81	142,04
№472(1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,7	5,33	0,5	23,4	153,04
№638(2004)	Компот из изюма	200	0,35	0	0	0	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3,35	0	0,35	0,35	22,84	108,14
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			35,5	20,96	19,55	6,34	100,33	706,3