

Директор МБОУ \_

И.О. директора СГМУП "КЛИП"

И.О. директор  
«Комбинат  
школьного  
питания»

ИКОУБ1020  
ИИИИИИИИИИ

| Наименование блюда                          | № рецеп. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |       |        |      |        | Витамины |        |        |       |       |
|---------------------------------------------|----------|----------|----------|---------|------------------|----------|---------------------------|-------|--------|------|--------|----------|--------|--------|-------|-------|
|                                             |          |          |          |         |                  |          | Ca                        | Mg    | P      | Fe   | A, мкг | РЭ, мкг  | ТЭ, мг | В1, мг | С, мг |       |
| 1 Неделя                                    |          |          |          |         |                  |          |                           |       |        |      |        |          |        |        |       |       |
| 1 День                                      |          |          |          |         |                  |          |                           |       |        |      |        |          |        |        |       |       |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |          |          |          |         |                  |          |                           |       |        |      |        |          |        |        |       |       |
| Фруктовые пастилки                          | п/п      | 15       | 0,15     | 0,02    | 12,45            | 51,00    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Помидор свежий дольками                     | ТТК      | 90       | 0,96     | 0,18    | 4,59             | 22,87    | 12,36                     | 17,64 | 22,92  | 0,78 | 0,00   | 0,00     | 119,70 | 0,63   | 0,06  | 22,05 |
| Колбаса отварная                            | ТТК      | 100      | 11,63    | 15,42   | 0,00             | 185,31   | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Макаронные изделия отварные цветные         | ТТК      | 200      | 7,52     | 5,96    | 49,93            | 282,72   | 21,94                     | 11,30 | 62,68  | 1,16 | 28,00  | 31,50    | 1,09   | 0,11   | 0,00  | 0,00  |
| Чай с сахаром                               | ТТК      | 200      | 1,70     | 0,41    | 9,42             | 46,30    | 0,26                      | 0,00  | 0,00   | 0,04 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                  | ТТК      | 25       | 1,72     | 0,25    | 12,01            | 58,29    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки      | ТТК      | 25       | 1,67     | 0,25    | 11,03            | 54,07    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Итого за прием                              |          | 655      | 25,35    | 22,48   | 99,43            | 700,56   | 34,56                     | 28,94 | 85,60  | 1,98 | 28,00  | 151,20   | 1,72   | 0,17   | 22,05 |       |
| 2 День                                      |          |          |          |         |                  |          |                           |       |        |      |        |          |        |        |       |       |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |          |          |          |         |                  |          |                           |       |        |      |        |          |        |        |       |       |
| Напиток из пшцы                             | ТТК      | 100      | 13,08    | 16,10   | 15,59            | 259,92   | 15,71                     | 13,36 | 110,36 | 1,17 | 29,82  | 53,02    | 3,91   | 0,04   | 0,00  | 1,23  |
| Питьевой йогурт Акимуно                     | п/п      | 95       | 2,57     | 1,43    | 11,21            | 68,40    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Овощная нарезка                             | ТТК      | 135      | 1,33     | 6,18    | 22,49            | 42,33    | 36,78                     | 34,75 | 201,24 | 2,86 | 39,79  | 240,21   | 4,48   | 0,08   | 1,65  | 0,00  |
| Каша гречневая рассыпчатая                  | ТТК      | 200      | 10,24    | 7,75    | 55,12            | 317,07   | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Напиток Каркаде                             | ТТК      | 200      | 0,04     | 0,00    | 9,48             | 35,40    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Хлеб Прибрежный обогащенный йодом           | ТТК      | 30       | 2,21     | 0,59    | 15,38            | 75,12    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                  | ТТК      | 25       | 1,72     | 0,25    | 12,01            | 58,29    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Итого за прием                              |          | 785      | 31,18    | 32,29   | 141,28           | 856,52   | 52,49                     | 48,11 | 311,60 | 4,03 | 69,61  | 293,23   | 8,39   | 0,12   | 2,88  |       |
| 3 День                                      |          |          |          |         |                  |          |                           |       |        |      |        |          |        |        |       |       |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |          |          |          |         |                  |          |                           |       |        |      |        |          |        |        |       |       |
| Котлеты Морское диво                        | ТТК      | 100      | 18,00    | 16,00   | 15,30            | 214,00   | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Масло сливочное в упаковке                  | п/п      | 10       | 0,08     | 6,38    | 0,12             | 58,17    | 2,11                      | 0,00  | 2,61   | 0,02 | 24,00  | 45,00    | 0,10   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Шоре картофельное                           | ТТК      | 220      | 6,28     | 9,83    | 48,87            | 304,26   | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Овощная нарезка                             | ТТК      | 98       | 0,96     | 4,48    | 16,32            | 30,73    | 26,70                     | 25,23 | 146,08 | 2,07 | 28,89  | 174,37   | 3,25   | 0,06   | 1,20  | 0,00  |
| Чай с лимоном                               | ТТК      | 200      | 0,23     | 0,39    | 9,09             | 37,80    | 2,73                      | 0,73  | 1,34   | 0,08 | 0,00   | 0,14     | 0,01   | 0,00   | 1,12  | 0,00  |
| Сметанник                                   | ТТК      | 50       | 3,70     | 6,44    | 40,41            | 218,00   | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                  | ТТК      | 25       | 1,72     | 0,25    | 12,01            | 58,29    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Хлеб Прибрежный обогащенный йодом           | ТТК      | 30       | 2,21     | 0,59    | 15,38            | 75,12    | 0,00                      | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
| Итого за прием                              |          | 733      | 33,18    | 44,36   | 157,50           | 996,36   | 31,54                     | 25,96 | 150,03 | 2,17 | 52,89  | 219,51   | 3,36   | 0,06   | 2,32  |       |
| 4 День                                      |          |          |          |         |                  |          |                           |       |        |      |        |          |        |        |       |       |



|                                             |     |     |       |       |        |          |        |       |        |      |       |        |      |      |       |
|---------------------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|----------|--------|-------|--------|------|-------|--------|------|------|-------|
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |     |     |       |       |        |          |        |       |        |      |       |        |      |      |       |
| Митболы с сыром                             | ТТК | 100 | 7,39  | 22,00 | 12,00  | 117,00   | 14,29  | 13,50 | 78,18  | 1,11 | 15,46 | 93,32  | 1,74 | 0,03 | 0,64  |
| Сыр плавленый Дружба                        | п/п | 16  | 1,44  | 3,20  | 1,44   | 40,00    | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Фруктовая лента                             | п/п | 15  | 0,00  | 0,00  | 12,15  | 48,00    | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Горошница                                   | ТТК | 180 | 20,34 | 6,03  | 84,56  | 327,60   | 83,94  | 70,57 | 183,55 | 5,66 | 22,90 | 27,34  | 0,45 | 0,71 | 0,00  |
| Кофейный напиток                            | ТТК | 200 | 1,70  | 1,41  | 15,92  | 89,00    | 53,06  | 6,09  | 39,15  | 0,07 | 6,00  | 11,00  | 0,00 | 0,01 | 0,26  |
| Пирог творожный шоколадный                  | ТТК | 80  | 5,83  | 8,20  | 43,14  | 264,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                  | ТТК | 25  | 1,72  | 0,25  | 12,01  | 58,29    | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки      | ТТК | 25  | 1,67  | 0,25  | 11,03  | 54,07    | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Итого за прием                              |     | 641 | 40,09 | 41,34 | 192,25 | 997,96   | 151,29 | 90,16 | 300,88 | 6,84 | 44,36 | 131,66 | 2,19 | 0,75 | 0,90  |
| 5 День                                      |     |     |       |       |        |          |        |       |        |      |       |        |      |      |       |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |     |     |       |       |        |          |        |       |        |      |       |        |      |      |       |
| Масло сливочное в упаковке                  | п/п | 10  | 7,25  | 0,10  | 0,14   | 66,20    | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Салат из свежих огурцов с зеленым луком     | ТТК | 100 | 0,53  | 6,92  | 6,17   | 72,10    | 14,48  | 6,47  | 18,14  | 0,29 | 0,00  | 20,70  | 2,29 | 0,02 | 0,02  |
| Гуляш из филе индейки                       | ТТК | 100 | 14,83 | 18,00 | 3,99   | 189,00   | 19,80  | 16,01 | 141,80 | 1,15 | 19,38 | 34,43  | 0,34 | 0,03 | 0,73  |
| Рис с овощами                               | ТТК | 190 | 4,52  | 8,23  | 41,72  | 268,00   | 25,27  | 34,25 | 95,96  | 0,85 | 25,92 | 574,20 | 0,47 | 0,05 | 1,61  |
| Чай с молоком                               | ТТК | 200 | 1,28  | 1,17  | 11,33  | 57,20    | 49,37  | 5,66  | 36,41  | 0,08 | 5,58  | 10,23  | 0,00 | 0,01 | 0,24  |
| Дюболо                                      | ТТК | 100 | 0,40  | 0,40  | 20,72  | 49,00    | 16,00  | 9,00  | 11,00  | 2,20 | 0,00  | 5,00   | 0,20 | 0,03 | 10,00 |
| Батончик На здоровье пшенично-ржаной        | ТТК | 20  | 1,57  | 0,59  | 9,80   | 51,74    | 19,89  | 0,00  | 0,00   | 0,80 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,09 | 0,00  |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                  | ТТК | 25  | 1,72  | 0,25  | 12,01  | 58,29    | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Итого за прием                              |     | 745 | 32,10 | 35,66 | 105,88 | 811,53   | 144,81 | 71,39 | 303,31 | 5,37 | 50,88 | 644,56 | 3,30 | 0,23 | 12,60 |
| 6 День                                      |     |     |       |       |        |          |        |       |        |      |       |        |      |      |       |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |     |     |       |       |        |          |        |       |        |      |       |        |      |      |       |
| Голубцы Ленивые                             | ТТК | 100 | 13,85 | 18,00 | 10,40  | 272,34   | 19,70  | 12,79 | 79,09  | 1,16 | 14,29 | 98,62  | 1,92 | 0,02 | 0,89  |
| Пюре Фрукта                                 | п/п | 90  | 0,00  | 0,00  | 9,42   | 35,79    | 0      | 0     | 0      | 0    | 0     | 0      | 0    | 0    | 0     |
| Помидор свежий дольками                     | ТТК | 20  | 0,21  | 0,04  | 1,02   | 5,08     | 2,75   | 3,92  | 5,09   | 0,17 | 0,00  | 26,60  | 0,14 | 0,01 | 4,90  |
| Капша перловая расщипчатая                  | ТТК | 200 | 5,71  | 5,09  | 43,87  | 238,67   | 24,83  | 22,61 | 183,90 | 1,03 | 16,80 | 31,50  | 0,78 | 0,06 | 0,00  |
| Какао с молоком                             | ТТК | 200 | 3,64  | 3,34  | 15,02  | 100,26   | 110,37 | 26,97 | 101,09 | 0,88 | 12,00 | 22,12  | 0,01 | 0,03 | 0,52  |
| Хлеб Прибрежный обогашенный йодом           | ТТК | 30  | 2,21  | 0,59  | 15,38  | 75,12    | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки      | ТТК | 25  | 1,67  | 0,25  | 11,03  | 54,07    | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Фалоттини                                   | ТТК | 50  | 6,55  | 6,30  | 39,48  | 240,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  |
| Итого за прием                              |     | 715 | 33,84 | 33,61 | 145,62 | 1 021,33 | 157,65 | 66,29 | 369,17 | 3,25 | 43,09 | 178,84 | 2,85 | 0,12 | 6,31  |
| Среднедневное значение за 1 неделю          |     | 712 | 32,63 | 34,96 | 140,33 | 897,38   | 95,39  | 55,14 | 253,43 | 3,94 | 48,14 | 269,83 | 3,63 | 0,24 | 7,84  |

| Наименование блюда                          | № рец. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |       |       |      | Витамины |        |       |       |       |      |
|---------------------------------------------|--------|----------|----------|---------|------------------|----------|---------------------------|-------|-------|------|----------|--------|-------|-------|-------|------|
|                                             |        |          |          |         |                  |          | Ca                        | Mg    | P     | Fe   | A,мг     | PЭ,мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг  |      |
| 2 Неделя                                    |        |          |          |         |                  |          |                           |       |       |      |          |        |       |       |       |      |
| 1 День                                      |        |          |          |         |                  |          |                           |       |       |      |          |        |       |       |       |      |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |        |          |          |         |                  |          |                           |       |       |      |          |        |       |       |       |      |
| Творожок Растопка                           | п/п    | 45       | 2,88     | 1,58    | 5,31             | 46,80    | 0,00                      | 0,00  | 0,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00 |
| Помидор свежий дольками                     | ТТК    | 50       | 0,54     | 0,10    | 14,34            | 12,70    | 6,24                      | 8,91  | 11,58 | 0,39 | 0,00     | 60,45  | 0,32  | 0,03  | 11,14 |      |
| Союски отварные                             | ТТК    | 100      | 11,00    | 22,00   | 3,54             | 180,00   | 0,00                      | 0,00  | 0,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 0,50  | 0,00  | 0,00  | 0,00 |
| Макаронные изделия отварные цветные         | ТТК    | 180      | 6,77     | 5,36    | 57,87            | 253,80   | 19,75                     | 10,17 | 56,41 | 1,04 | 25,20    | 28,35  | 0,98  | 0,10  | 0,00  | 0,00 |



|                                             |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
|---------------------------------------------|-----|-----|--------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|------|-------|--------|------|------|-------|------|------|------|------|
| Чай с сахаром                               | ТТК | 205 | 0,19   | 0,04  | 9,35   | 36,90  | 0,27   | 0,00  | 0,00   | 0,03 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Груша                                       | ТТК | 55  | 0,22   | 0,22  | 21,77  | 26,95  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Хлеб Прибрежный обогащенный йодом           | ТТК | 30  | 2,21   | 0,59  | 15,38  | 75,00  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                  | ТТК | 25  | 172,00 | 0,25  | 12,01  | 58,00  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием                              |     | 690 | 195,81 | 30,14 | 139,56 | 690,15 | 26,26  | 19,08 | 67,99  | 1,46 | 25,20 | 88,80  | 1,80 | 0,13 | 11,14 |      |      |      |      |
| 2 День                                      |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
| Сыр плавленый Дружба                        | п/п | 16  | 1,44   | 3,20  | 1,44   | 40,00  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Терфел Детские                              | ТТК | 100 | 19,30  | 11,35 | 5,27   | 156,00 | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Масло сливочное в упаковке                  | п/п | 10  | 0,08   | 6,38  | 0,12   | 58,17  | 2,11   | 0,00  | 2,61   | 0,02 | 24,00 | 45,00  | 0,10 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Овощное ассорти                             | ТТК | 80  | 0,72   | 0,11  | 15,53  | 15,20  | 19,73  | 17,93 | 35,85  | 0,79 | 0,00  | 86,67  | 0,48 | 0,04 | 8,48  |      |      |      |      |
| Пюре картофельное                           | ТТК | 200 | 6,20   | 8,94  | 44,66  | 276,60 | 62,84  | 38,82 | 115,43 | 1,48 | 20,59 | 43,58  | 0,24 | 0,16 | 13,84 |      |      |      |      |
| Кофейный напиток                            | ТТК | 200 | 1,70   | 1,41  | 15,92  | 89,00  | 53,06  | 6,09  | 39,15  | 0,07 | 6,00  | 11,00  | 0,00 | 0,01 | 0,26  |      |      |      |      |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                  | ТТК | 25  | 1,72   | 0,25  | 12,01  | 58,29  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки      | ТТК | 25  | 1,67   | 0,25  | 11,03  | 54,07  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием                              |     | 656 | 32,83  | 31,89 | 105,97 | 747,33 | 137,75 | 62,84 | 193,05 | 2,36 | 50,59 | 186,24 | 0,83 | 0,20 | 22,59 |      |      |      |      |
| 3 День                                      |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
| Рыба тушеная в томате с овощами             | ТТК | 100 | 12,85  | 4,92  | 5,74   | 103,00 | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Фруктовые пастилки                          | п/п | 15  | 0,15   | 0,02  | 12,45  | 51,00  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Огурец свежий                               | ТТК | 110 | 1,96   | 0,24  | 68,44  | 38,13  | 18,36  | 11,19 | 33,52  | 0,49 | 0,00  | 8,15   | 0,11 | 0,00 | 7,99  |      |      |      |      |
| Каша перловая с овощами                     | ТТК | 200 | 5,51   | 9,28  | 68,80  | 264,27 | 35,83  | 29,45 | 165,20 | 1,17 | 29,38 | 585,48 | 0,81 | 0,07 | 1,97  |      |      |      |      |
| Чай с лимоном                               | ТТК | 200 | 0,23   | 0,39  | 9,09   | 37,80  | 2,73   | 0,73  | 1,34   | 0,08 | 0,00  | 0,14   | 0,01 | 0,00 | 1,12  |      |      |      |      |
| Печенье Злаковое                            | ТТК | 50  | 3,29   | 9,00  | 53,21  | 205,60 | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Хлеб Прибрежный обогащенный йодом           | ТТК | 30  | 2,21   | 0,59  | 15,38  | 75,12  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                  | ТТК | 25  | 1,72   | 0,25  | 12,01  | 58,29  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием                              |     | 730 | 27,92  | 24,69 | 245,12 | 833,21 | 56,92  | 41,37 | 200,06 | 1,74 | 29,38 | 593,77 | 0,93 | 0,07 | 11,08 |      |      |      |      |
| 4 День                                      |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
| Биточки Чикен гол                           | ТТК | 100 | 12,02  | 11,60 | 7,02   | 215,16 | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Помидор свежий дольками                     | ТТК | 50  | 0,54   | 0,10  | 14,34  | 12,70  | 6,24   | 8,91  | 11,58  | 0,39 | 0,00  | 60,45  | 0,32 | 0,03 | 11,14 |      |      |      |      |
| Творожник с кокосом                         | ТТК | 80  | 7,00   | 11,56 | 30,65  | 228,88 | 40,62  | 13,35 | 120,06 | 0,72 | 65,49 | 118,67 | 0,64 | 0,04 | 0,11  |      |      |      |      |
| Молоко стуженное                            | ТТК | 25  | 1,80   | 2,13  | 13,88  | 79,35  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Каша гречневая с луком                      | ТТК | 180 | 7,79   | 9,59  | 42,12  | 273,12 | 7,36   | 0,36  | 2,96   | 0,06 | 23,33 | 26,24  | 0,05 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Напиток Каркаде                             | ТТК | 200 | 0,04   | 0,00  | 9,48   | 35,40  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки      | ТТК | 25  | 1,67   | 0,25  | 11,03  | 54,00  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием                              |     | 660 | 30,86  | 35,22 | 128,52 | 898,61 | 54,23  | 22,62 | 134,60 | 1,18 | 88,82 | 205,37 | 1,01 | 0,07 | 11,24 |      |      |      |      |
| 5 День                                      |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
| Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант) |     |     |        |       |        |        |        |       |        |      |       |        |      |      |       |      |      |      |      |
| Питьевой йогурт Акимуно                     | п/п | 95  | 2,57   | 1,43  | 11,21  | 68,40  | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Паста с фиде индейки в сливочном соусе      | ТТК | 245 | 24,10  | 15,88 | 37,92  | 390,24 | 153,51 | 28,87 | 258,07 | 1,89 | 58,03 | 107,69 | 1,24 | 0,11 | 0,68  |      |      |      |      |
| Чай с молоком                               | ТТК | 200 | 2,97   | 1,72  | 11,41  | 70,85  | 49,37  | 5,66  | 36,41  | 0,08 | 5,58  | 10,23  | 0,00 | 0,01 | 0,24  |      |      |      |      |



|                                                    |     |            |              |              |               |                 |               |               |               |              |                 |                 |             |             |              |
|----------------------------------------------------|-----|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|-----------------|-------------|-------------|--------------|
| Бюлокко                                            | ТТК | 140        | 0,70         | 0,70         | 20,30         | 85,19           | 28,00         | 15,75         | 19,25         | 3,85         | 0,00            | 8,75            | 0,35        | 0,06        | 17,50        |
| Хлеб пшеничный из муки вс                          | ТТК | 25         | 1,72         | 0,25         | 12,01         | 58,29           | 0,00          | 0,00          | 0,00          | 0,00         | 0,00            | 0,00            | 0,00        | 0,00        | 0,00         |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки             | ТТК | 25         | 1,67         | 0,25         | 11,03         | 54,00           | 0,00          | 0,00          | 0,00          | 0,00         | 0,00            | 0,00            | 0,00        | 0,00        | 0,00         |
| <b>Итого за прием</b>                              |     | <b>750</b> | <b>33,72</b> | <b>20,23</b> | <b>103,88</b> | <b>726,96</b>   | <b>230,88</b> | <b>50,28</b>  | <b>313,73</b> | <b>5,82</b>  | <b>63,61</b>    | <b>126,67</b>   | <b>1,59</b> | <b>0,17</b> | <b>18,42</b> |
| <b>6 День</b>                                      |     |            |              |              |               |                 |               |               |               |              |                 |                 |             |             |              |
| <b>Завтрак 12 лет и старше I смена (2 вариант)</b> |     |            |              |              |               |                 |               |               |               |              |                 |                 |             |             |              |
| Фруктовая дента                                    | п/п | 15         | 0,00         | 0,00         | 11,47         | 43,52           | 0             | 0             | 0             | 0            | 0               | 0               | 0           | 0           | 0            |
| Огурец свежий                                      | ТТК | 35         | 0,28         | 0,035        | 9,8           | 5,46            | 0,00          | 0,00          | 0,00          | 0,00         | 0,00            | 0,00            | 0,00        | 0,00        | 0,00         |
| Печень тушеная в томатном соусе                    | ТТК | 100        | 12,78        | 7,25         | 4,99          | 287,00          | 17,65         | 15,14         | 205,51        | 4,50         | 3 509,52        | 6 051,60        | 0,86        | 0,16        | 9,77         |
| Каша гречневая рассыпчатая                         | ТТК | 180        | 9,72         | 7,35         | 52,36         | 301,20          | 18,81         | 153,63        | 231,12        | 5,17         | 26,60           | 31,46           | 0,68        | 0,33        | 0,00         |
| Какао с молоком                                    | ТТК | 200        | 3,64         | 3,34         | 15,02         | 100,26          | 110,37        | 26,97         | 101,09        | 0,88         | 12,00           | 22,12           | 0,01        | 0,03        | 0,52         |
| Батончик На здоровье пшенично-ржаной               | ТТК | 20         | 1,57         | 0,59         | 9,80          | 51,74           | 19,89         | 0,00          | 0,00          | 0,80         | 0,00            | 0,00            | 0,00        | 0,09        | 0,00         |
| Бутерброд с сыром                                  | ТТК | 40         | 4,62         | 2,60         | 14,32         | 100,85          | 90,46         | 7,40          | 60,20         | 0,24         | 13,80           | 52,40           | 0,19        | 0,01        | 2,03         |
| Фатогини                                           | ТТК | 50         | 6,55         | 6,30         | 39,48         | 240,00          | 0,00          | 0,00          | 0,00          | 0,00         | 0,00            | 0,00            | 0,00        | 0,00        | 0,00         |
| <b>Итого за прием</b>                              |     | <b>640</b> | <b>39,16</b> | <b>27,47</b> | <b>157,24</b> | <b>1 130,04</b> | <b>257,18</b> | <b>203,14</b> | <b>597,92</b> | <b>11,59</b> | <b>3 561,92</b> | <b>6 157,58</b> | <b>1,74</b> | <b>0,62</b> | <b>12,32</b> |
| <b>Среднедневное значение за 2 недели</b>          |     | <b>684</b> | <b>60,05</b> | <b>28,27</b> | <b>146,72</b> | <b>837,72</b>   | <b>127,20</b> | <b>66,55</b>  | <b>251,22</b> | <b>4,02</b>  | <b>636,59</b>   | <b>1 226,41</b> | <b>1,32</b> | <b>0,21</b> | <b>14,46</b> |
| <b>Среднедневное значение за 2 недели</b>          |     | <b>698</b> | <b>46,34</b> | <b>31,61</b> | <b>143,52</b> | <b>867,55</b>   | <b>111,30</b> | <b>60,85</b>  | <b>252,33</b> | <b>3,98</b>  | <b>342,36</b>   | <b>748,12</b>   | <b>2,48</b> | <b>0,23</b> | <b>11,15</b> |

**Стоимость питания 188 руб. в день**

Основание: СанПин 2.3/2.4.3590-20

п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение № 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к настоящим Правилам).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скучихин, В.А.Гутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, ДеЛи Принт 2008 г.

**В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.**

Главный технолог



М.А. Трашкова