

1 неделя

11 лет и старше

ПОНЕДЕЛЬНИК

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витами н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	6,73	5,43	24,15	185,07	5,8	0,24	0	2,55	44,98	96,8	38,88	2,16	102	Москва 2011 № 102
Плов из отварной птицы	250	29,92	14,77	47,32	442,88	8,2	0,2	23	0,6	58	236,6	67,5	2,4	T-123/1	ТТК № 123
Овощи консерв. в нарезку (огурец)	20	0,16	0,02	0,34	2	0,7	0	0	0	4,6	4,8	2,8	0,1	70	Москва 2011 № 70
Компот из фруктов (компотной смеси)	200	0,15	0,06	20,65	82,9	1,23	0,02	0	0,13	16,66	7,05	7,78	0,88	T-113	ТТК № 113
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		39,86	20,68	111,26	805,85	15,93	0,5	23	3,72	133,4	383,9	128,6	6,36		
полдник															
Гребешок с вареной стружкой	80	5,95	6,44	47,97	277,69	0,22	0,12	46	1,38	22,8	78	29,4	1,22	417/1	Москва 2011 № 417
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	10	0,03	0	0	16	11	9	2,2	338	Москва 2011 № 338
ИТОГО		6,42	6,86	72,77	384,69	10,22	0,15	46	1,38	43,9	96,7	42,6	4,24		
ОБЩИЙ ИТОГ		46,28	27,54	184,03	1190,54	26,15	0,65	69	5,1	177,3	480,6	171,2	10,6		

ВТОРНИК

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витами н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Рассольник "Школьный"	250/10/10	2,46	6,95	8,7	107,28	8,4	0,19	15,5	2,6	39,7	82,15	44,06	1,02	T-249	ТТК № 249
Фрикадельки "Нежные"	100	12,78	13,2	13,7	223,88	4,2	0,11	23,83	3	16,4	151,6	25,4	2	T-170	ТТК № 170
Сложный гарнир (капуста тушеная/картофель отварной)	80/100	7,3	5,8	29,2	214,9	24,8	0,12	0	1,22	62,9	93,4	34,6	1,32	T-109/1; 310	ТТК № T-109/1 Москва 2011 № 310
Компот из фруктов (яблоки с лимоном)	200	0,14	0,11	21,52	87,59	1,1	0,012	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	T-98	ТТК № 98
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		25,58	26,46	91,92	726,65	38,5	0,472	39,33	7,34	142,4	370,2	120,8	6,11		
полдник															
Пирожок с яблоками	60	3,46	1,49	28,73	141,6	0,21	0,05	9,66	1,17	12,6	34	12,73	1,06	406/18	Москва 2011 № 406
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
ИТОГО		3,53	1,51	43,73	201,6	0,21	0,05	9,66	1,17	17,7	41,7	16,93	1,88		
ОБЩИЙ ИТОГ		29,1	28,0	135,7	928,3	38,7	0,5	49,0	8,5	160,1	411,9	137,7	8,0		

СРЕДА

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витами н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,74	6,33	11,16	111,14	10,7	0,05	11	2,4	58,5	60,7	27	1,22	T-107/1	ТТК № 107
Гуляш из мяса птицы	150	25,02	9,78	5,56	208,26	3,53	0,06	0	0	20,2	290,8	193,8	6,9	196/1	Москва 2003 № 196
Салатки отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0	0,07	41,2	0,96	16,56	54,48	10,7	1,3	T-114	ТТК № 114
Овощи консерв. в нарезку(огурец)	20	0,16	0,02	0,34	2	0,7	0	0	0	4,6	4,8	2,8	0,1	70	Москва 2011 № 70
Компот из сухофруктов (курага)	200	0,76	0,04	20,22	85,51	2,25	0,016	0	0,82	32,32	21,9	17,5	0,48	T-93	ТТК № 93

Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		37,20	21,99	87,81	702,05	17,18	0,24	52,20	4,62	141,4	471,3	263,4	10,82		

полдник

Сосиска запеченная в тесте	80	8,22	10,3	21,86	212,8	0	0,11	6	1,2	215,2	83,2	19,4	1,2	420	Москва 2011 № 420
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
ИТОГО		8,29	10,32	36,86	272,8	0	0,11	6	1,2	220,3	90,9	23,6	2,02		

ЧЕТВЕРГ

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам	Витами	Витам	Витам	Са	P	Mг	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
						ин С	н В1	ин А	ин Е						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/10	4,19	3,95	15,46	125,61	11,12	0,23	0	2,42	42,68	88,1	35,58	2,05	104	Москва 2011 № 104
Рыба запеченная с сыром	100	14,9	11,3	7,73	190	2,4	0,07	34,2	1,8	47,9	167,6	20,3	1,15	T-145	ТТК № 145
Масло сливочное на полив	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0,11	2,4	3	0	0,02	14/1	Москва 2011 № 14
Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,7	21,84	0,12	35,9	0,24	45,96	92,76	29,52	1,08	312	Москва 2011 № 312
Компот из сухофруктов (изюм)	200	0,33	0	22,78	94,44	0,45	0,02	0,02	0,07	20,32	19,36	8,12	0,45	T-91	ТТК № 91
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		26,08	28,66	89,43	733,75	35,81	0,48	110,1	5,08	168,5	409,4	105,1	5,57		

полдник

Запеканка из творога	150	20,59	8,73	31,4	291,36	0,39	0,08	90	1,2	282,5	282,5	33	1,35	223/4	Москва 2011 № 223
Молоко стуженное	30	2,16	2,55	16,65	98,4	0,3	0,02	14	0,1	92,1	65,7	10,2	0,1	T-41	ТТК № 41
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
ИТОГО		22,82	11,3	63,05	449,76	0,69	0,1	104	1,3	379,7	355,9	47,4	2,27		

ПЯТНИЦА

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам	Витами	Витам	Витам	Са	P	Mг	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
						ин С	н В1	ин А	ин Е						
Ци из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,51	6,39	7,99	94,43	15,8	0,06	11	2,35	58	55,1	23,02	0,83	T-106/1	ТТК № 106
Биточки "Особые"	100	16,56	12,45	14,64	238	0,8	0,12	0,4	0,9	12,3	173,5	32	2,6	T-21	ТТК № 21
Соус сметанный с томатом	50	0,88	2,5	3,51	40,05	0,67	0,01	16,9	0,15	14,6	14,6	4,9	0,2	331	Москва 2011 № 331
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,31	46,37	292,5	0	0,24	0	0	17,5	252	168	6,01	T-99	ТТК № 99
Овощи консерв. в нарезку(огурец)	20	0,16	0,02	0,34	2	0,7	0	0	0	4,6	4,8	2,8	0,1	70	Москва 2011 № 70
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	4	0,02	0	0,2	14	14	8	2,8	389	Москва 2011 № 389
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		32,93	29,47	124,25	896,38	21,97	0,49	28,3	4,04	130,2	552,6	250,3	13,36		

полдник

Хачапури с сыром	60	7,65	8,48	22,58	199,8	0,1	0,09	56	1,5	150,4	123,4	19,7	0,9	11/1	Сыктывкар 1990 № 11
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
ИТОГО		7,72	8,5	37,58	259,8	0,1	0,09	56	1,5	155,5	131,1	23,9	1,72		
ОБЩИЙ ИТОГ		40,65	37,97	161,83	1156,18	22,07	0,58	84,3	5,54	285,7	683,7	274,2	15,08		

СУББОТА

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витами н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Свекольник со сметаной	250/10	2	6,59	10,45	108,33	9,57	0,05	11,6	2,6	61,2	61,3	27,7	1,33	35/2	Пермь 2001 № 35
Котлета "Киевская"	100	9,86	36,06	12,26	331,62	2,14	0,36	0	2,46	9,1	150,6	31,9	1,98	169	Москва 2003 № 169
Рис отварной рассыпчатый	180	4,38	6,44	44,02	251,64	0	0,04	32,4	0,72	3,13	73,8	22,8	0,64	ТБ-54	Москва 1996 таб. № 24
Овощи консервир. (капуста квашеная)	30	0,54	0,03	0,9	6,9	9	0,01	0	0,03	14,4	9,3	4,8	0,2	Т-89/1	Москва № 89
Компот из черной смородины	200	0	0	19,97	76	36	0,01	0	0,38	23,7	18,4	13,42	0,71	Т-11	ТТК № 10
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	Т-11	ТТК № 11
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	Т-11	ТТК № 11
ИТОГО		19,68	49,52	106,4	867,49	56,71	0,51	44	6,63	120,7	352	112,2	5,68		

Полдник

Булочка молочная с творожной начинкой (СХЗ)	80	4,40	6,80	40	239,2	0,13	0,01	35,2	1,04	60,6	112	27,7	1,2		
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	10	0,03	0	0	16	11	9	2,2	338	Москва 2011 № 338
ИТОГО		4,87	7,22	64,8	346,2	10,13	0,04	35,2	1,04	81,7	130,7	40,9	4,22		
ОБЩИЙ ИТОГ		24,55	56,74	171,2	1213,69	66,84	0,55	79,2	7,67	202,4	482,7	153,1	9,9		

2 неделя

11 лет и старше

ПОНЕДЕЛЬНИК

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витами н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,74	6,33	11,16	111,14	10,7	0,05	11	2,4	58,5	60,7	27	1,22	Т-107/1	ТТК № 107
Сосиски порционные запеченные (в жарочном шкафу)	100	13,4	27,24	1,76	307,54	0	0,02	40	0,66	26,6	139,6	14,8	1,9	252	Москва 2011 № 252
Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0	0,07	41,2	0,96	16,56	54,48	10,7	1,3	Т-114	ТТК № 114
Овощи консерв. в нарезку (огурец)	20	0,16	0,02	0,34	2	0,7	0	0	0	4,6	4,8	2,8	0,1	70	Москва 2011 № 70
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	4	0,02	0	0,2	14	14	8	2,8	389	Москва 2011 № 389
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	Т-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	Т-11	ТТК № 11
ИТОГО		25,42	39,81	96,39	852,22	15,4	0,2	92,2	4,66	129,5	312,2	74,9	8,14		

полдник

Пирожок с вишней	60	2,89	3,2	27,58	148,04	2,72	0,06	9,66	1,21	16,03	38,21	15,87	0,67	406/19	Москва 2011 № 406
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,6	94	20	0,06	0	0	32	22	18	4,4	338	Москва 2011 № 338
ИТОГО		3,76	4,02	62,18	302,04	22,72	0,12	9,66	1,21	53,13	67,91	38,07	5,89		
ОБЩИЙ ИТОГ		29,18	43,83	158,57	1154,26	38,12	0,32	101,9	5,87	182,6	380,1	113	14,03		

вторник

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витами н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Рассольник "Школьный"	250/10/10	2,46	6,95	8,7	107,28	8,4	0,19	15,5	2,6	39,7	82,15	44,06	1,02	Т-249	ТТК № 249

Зразы "Школьные"	100	14,57	15,5	14	255	1,73	0,08	0,06	2,6	25,4	152,5	28,4	1,6	159	Москва 2003 № 159
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,31	46,37	292,5	0	0,24	0	0	17,5	252	168	6,01	T-99	ТТК № 99
Компот из фруктов (яблоки с лимоном)	200	0,14	0,11	21,52	87,59	1,1	0,012	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	T-98	ТТК № 98
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		30,39	30,27	109,39	835,37	11,23	0,56	15,56	5,72	106,0	529,7	257,2	10,40		

ПОЛДНИК

Гребешок с вареной студенькой	80	5,95	6,44	47,97	277,69	0,22	0,12	46	1,38	22,8	78	29,4	1,22	417/1	Москва 2011 № 417
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
ИТОГО		6,02	6,46	62,97	337,69	0,22	0,12	46	1,38	27,9	85,7	33,6	2,04		

ОБЩИЙ ИТОГ

СРЕДА

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витами н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Мг	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	6,73	5,43	24,15	185,07	5,8	0,24	0	2,55	44,98	96,8	38,88	2,16	102	Москва 2011 № 102
Биточки из мяса птицы	100	16,32	12,3	14,38	242,41	0,9	0,08	20	0,4	44	96	26	2,2	294/1	Москва 2011 № 294
Рис отварной рассыпчатый	180	4,38	6,44	44,02	251,64	0	0,04	32,4	0,72	3,13	73,8	22,8	0,64	T-110/1	ТТК 110
Овощи консерв. в нарезку (огурец)	20	0,16	0,02	0,34	2	0,7	0	0	0	4,6	4,8	2,8	0,1	70	Москва 2011 № 70
Компот из черной смородины	200	0	0	19,97	76	36	0,01	0	0,38	23,7	18,4	13,42	0,71	T-89/1	ТТК № 89
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		30,49	24,59	121,66	850,12	43,40	0,41	52,40	4,49	129,6	328,4	115,5	6,63		

ПОЛДНИК

Пирожок с яблоками	60	3,46	1,49	28,73	141,6	0,21	0,05	9,66	1,17	12,6	34	12,73	1,06	406/18	Москва 2011 № 406
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,6	94	20	0,06	0	0	32	22	18	4,4	338	Москва 2011 № 338
ИТОГО		4,33	2,31	63,33	295,6	20,21	0,11	9,66	1,17	49,7	63,7	34,93	6,28		
ОБЩИЙ ИТОГ		34,82	26,9	184,99	1145,72	63,61	0,52	62,06	5,66	179,3	392,1	150,4	12,91		

ЧЕТВЕРГ

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витами н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Мг	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Свекольник со сметаной	250/10	2	6,59	10,45	108,33	9,57	0,05	11,6	2,6	61,2	61,3	27,7	1,33	35/2	Пермь 2001 № 35
Медальоны из рыбы	100	11,63	14,08	10,08	230,1	0,95	0,05	40,5	0,9	3,9	92,2	28,5	0,8	T-42	ТТК № 42
Масло сливочное на полив	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0,11	2,4	3	0	0,02	14/1	Москва 2011 № 14
Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,7	21,84	0,12	35,9	0,24	45,96	92,76	29,52	1,08	312	Москва 2011 № 312
Компот из сухофруктов (изюм)	200	0,33	0	22,78	94,44	0,45	0,02	0,02	0,07	20,32	19,36	8,12	0,45	T-91	ТТК № 91
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		20,62	34,08	86,77	756,57	32,81	0,28	128	4,36	143	307,2	105,4	4,5		

ПОЛДНИК

Сосиска запеченная в тесте	80	8,22	10,3	21,86	212,8	0	0,11	6	1,2	215,2	83,2	19,4	1,2	420	Москва 2011 № 420
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
ИТОГО		8,29	10,32	36,86	272,8	0	0,11	6	1,2	220,3	90,9	23,6	2,02		
ОБЩИЙ ИТОГ		28,91	44,4	123,63	1029,37	32,81	0,39	134	5,56	363,3	398,1	129	6,52		

ПАТНИЦА

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам- ин С	Витамин- н В1	Витам- ин А	Витам- ин Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/10	4,19	3,95	15,46	125,61	11,12	0,23	0	2,42	42,68	88,1	35,58	2,05	104	Москва 2011 № 104
Филе куриное запеченное с сыром	100	24,24	9	6,42	207,64	1,6	0,11	130	2,8	208,8	266,3	27,9	1,8	T-19/1	ТТК № 19
Салатки отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0	0,07	41,2	0,96	16,56	54,48	10,7	1,3	T-114	ТТК № 114
Овощи консервир. (капуста квашеная)	30	0,54	0,03	0,9	6,9	9	0,01	0	0,03	14,4	9,3	4,8	0,2	ТБ-54	Москва 1996 таб. № 24
Компот из фруктов (компотной смеси)	200	0,15	0,06	20,65	82,9	1,23	0,02	0	0,13	16,66	7,05	7,78	0,88	T-113	ТТК № 113
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		38,64	18,86	93,96	718,19	22,95	0,48	171,2	6,78	308,3	463,8	98,36	7,05		
ПОЛДНИК															
Крендель сахарный	50	3,54	6,57	27,87	185	0	0,06	9	2,26	9,7	37,5	12,2	0,64	415	Москва 2011 № 415
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,6	94	20	0,06	0	0	32	22	18	4,4	338	Москва 2011 № 338
ИТОГО		4,41	7,39	62,47	339	20	0,12	9	2,26	46,8	67,2	34,4	5,86		
ОБЩИЙ ИТОГ		43,05	26,25	156,43	1057,19	42,95	0,6	180,2	9,04	355,1	531	132,8	12,91		

СУББОТА

обед

Наименование	ВЫХОД, гр	БЕЛКИ гр	ЖИРЫ гр	УГЛЕВО ДЫ гр	ККАЛ	Витам ин С	Витамин н В1	Витам ин А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТК	№ ПО СБ. РЕЦ.
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,51	6,39	7,99	94,43	15,8	0,06	11	2,35	58	55,1	23,02	0,83	T-106/1	ТТК № 106
Шницель "Любительский"	100	21,14	15,85	6,26	266,26	0,88	0,06	51,8	0,81	39,69	199,2	21,29	1,6	T-57	ТТК № 57
Картофель запеченный (из отварного)	180	4,12	15,78	33,5	292,5	22,53	0,2	0	7,8	20,9	102,9	35,2	1,3	313	Москва 2011 № 313
Овощи консерв. в нарезку (отурец)	20	0,16	0,02	0,34	2	0,7	0	0	0	4,6	4,8	2,8	0,1	70	Москва 2011 № 70
Компот из сухофруктов (курага)	200	0,76	0,04	20,22	85,51	2,25	0,016	0	0,82	32,32	21,9	17,5	0,48	T-93	ТТК № 93
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	T-11	ТТК № 10
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	T-11	ТТК № 11
ИТОГО		30,59	38,48	87,11	833,7	42,16	0,376	62,8	12,22	164,7	422,5	111,4	5,13		
ПОЛДНИК															
Круассан "Сладкокежка" (СХЗ)	60	1,38	12,24	31,92	201	0	0,09	34,5	1	17,1	58,5	22,1	0,9		
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	685	Москва 2004 № 685
ИТОГО		1,45	12,26	46,92	261	0	0,09	34,5	1	22,2	66,2	26,3	1,72		
ОБЩИЙ ИТОГ		32,04	50,74	134,03	1094,7	42,16	0,466	97,3	13,22	186,9	488,7	137,7	6,85		

1. Рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – в соответствии со «Сборником рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях» 2011г.. Дели принт. Москва. "Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" 2004 года, "Хлебпродинформ", г. Москва.; "Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений" 2001, 2006, 2018 года, г. Пермь, Сборники рецептов для ПОП 1994, 1996 и 1997 года, другие нормативные и технические документы, регламентирующие производство кулинарной продукции.
2. При получении горячего питания с 9-00 до 12-00, следует пользоваться меню «1 смена».
3. При получении горячего питания с 12-00 до 15-00 следует пользоваться меню «Обеда» и меню «2 смены».
4. Для обучающихся образовательных учреждений необходимо организовать горячее питание (завтрак и обед). Для детей, посещающих группу продленного дня, дополнительно должен быть организован полдник. Интервалы между приемами пищи не должны превышать 3,5 – 4,0 часа.
5. Наряду с основным питанием, при наличии условий, должно быть организовано дополнительное питание обучающихся через буфеты образовательных учреждений с соответствующим ассортиментом (приложение № 9 к СанПиН 2.4.5.2409-08).
6. Примерное меню при его практическом использовании может корректироваться с учетом социально-демографических факторов, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания основных пищевых веществ в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08.
7. Фактический рацион питания должен соответствовать утвержденному примерному меню. В исключительных случаях допускается замена одних продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов, что должно подтверждаться необходимыми расчетами.
8. Ежедневно в обеденном зале вывешивают утвержденное руководителем образовательного учреждения меню, в котором указываются сведения об объемах блюд и названия кулинарных изделий (пункт 6.24. СанПиН 2.4.5.2409-08).
9. Овощи консервированные возможно заменить на овощи свежего урожая и наоборот. Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и пр.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.
10. Все предприятия снабжаются полуфабрикатами различной степени готовности согласно объемно-планировочному решению объекта и наличием технологического оборудования.
11. Ассортимент круп в вязких кашах, блюдах из одноименных продуктов, напитков можно заменить исходя из пищевых предпочтений учащихся при условии исключения повторяемости.
12. Калорийность блюд рассчитывается по сборнику «Химический состав и калорийность российских продуктов» под ред. Тутельяна В.А., в соответствии с фактической калорийностью, указанной на упаковке., а так же с использованием интернет источников.