

СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного учреждения

*М.А.У. С.С.И. 17* *И.А.С.С.И. 17*



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Общепит-3»

*Шорохова Е.Н.* Шорохова Е.Н.



**Меню основного (организованного) двухнедельного питания  
для обучающихся с 12 лет и старше  
родительская плата и ММС  
на осенне-зимний период  
на 2025-2026 учебный год**

Период: ОСЕНЬ

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: понедельник

Неделя: 1

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                                                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
|                           |                                                                                                   |              | Б                    | Ж           | У            |                                |
| 1                         | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5           | 6            | 7                              |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                   |              |                      |             |              |                                |
| ТТк19/4                   | Каша гречневая с маслом сливочным                                                                 | 200          | 6,3                  | 6,50        | 27,60        | 195,50                         |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00        | 40,00                          |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 50           | 4,10                 | 0,50        | 25,00        | 125,00                         |
| пром                      | Йогурт питьевой                                                                                   | 100          | 3,20                 | 3,2         | 4,5          | 62,0                           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                   | <b>550</b>   | <b>13,55</b>         | <b>10,2</b> | <b>67,1</b>  | <b>422,5</b>                   |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                   | <b>78,02</b> |                      |             |              |                                |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                   |              |                      |             |              |                                |
| Сб 1983 № 234             | Суп картофельный с лапшой домашней                                                                | 250          | 5,90                 | 2,60        | 20,50        | 118,50                         |
| тк24 сгр                  | Биточки куриные с томатным соусом 60/40                                                           | 100          | 12,90                | 3,00        | 14,20        | 138,80                         |
| 1996сб табл4              | Каша Артек пшеничная вязкая                                                                       | 180          | 5,3                  | 4,20        | 33,00        | 186,30                         |
| 281 Партнер 2013          | Компот из сухофруктов                                                                             | 200          | 0,20                 | 0,00        | 14,50        | 58,50                          |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 45           | 3,70                 | 0,40        | 22,50        | 112,50                         |
| тتك                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 40           | 3,10                 | 0,40        | 17,90        | 90,80                          |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                   | <b>815</b>   | <b>31,1</b>          | <b>10,6</b> | <b>122,6</b> | <b>705,4</b>                   |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                   | <b>90,02</b> |                      |             |              |                                |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: вторник

Неделя: 1

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                                                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|
|                           |                                                                                                   |              | Б                    | Ж           | У            |                                   |
| 1                         | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5           | 6            | 7                                 |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                   |              |                      |             |              |                                   |
| 184 Партнер 2013          | Каша молочная "манная" с маслом сливочным165/5                                                    | 210          | 6,32                 | 10,60       | 39,30        | 253,30                            |
| 215 Партнер 2013          | Запеканка из творога со сгущ.молоком 70/20                                                        | 90           | 13                   | 9,9         | 20,70        | 228,2                             |
| 294 Партнер,2013          | Кисель плодово-ягодный                                                                            | 200          | 0,00                 | 0,00        | 20,00        | 76,00                             |
| ттк                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»                                          | 50           | 4,10                 | 0,50        | 25,00        | 125,00                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                   | <b>550</b>   | <b>23</b>            | <b>21</b>   | <b>105</b>   | <b>683</b>                        |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                   | <b>78,02</b> |                      |             |              |                                   |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                   |              |                      |             |              |                                   |
| №6 партнер2013            | Салат из свежей капусты с морковью                                                                | 80           | 1,8                  | 4,10        | 9,00         | 79,20                             |
| Партнер 2013 №61          | Суп картофельный с рисовой крупой                                                                 | 250          | 2,60                 | 2,50        | 19,4         | 113,40                            |
| партнер,54 сб Онище       | Макароны отварные с соусом Болоньезе130/70                                                        | 200          | 15,10                | 15,90       | 45,60        | 291,20                            |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00        | 40,00                             |
| ттк                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 45           | 3,70                 | 0,40        | 22,50        | 112,50                            |
| ттк                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 40           | 3,10                 | 0,40        | 17,90        | 90,80                             |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                   | <b>815</b>   | <b>26,3</b>          | <b>23,3</b> | <b>124,4</b> | <b>727,1</b>                      |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                   | <b>90,02</b> |                      |             |              |                                   |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: среда

Неделя: 1

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                                                   | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая ценность<br>(ккал) |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|----------------------------------------|
|                           |                                                                                  |              | Б                    | Ж            | У            |                                        |
| 1                         | 2                                                                                | 3            | 4                    | 5            | 6            | 7                                      |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                  |              |                      |              |              |                                        |
| Ттк25/2сгр                | Фрикадельки куриные с соусом томатным 40/60                                      | 100          | 9,60                 | 2,90         | 6,3          | 90,50                                  |
| 133 Партнер 2013          | Картофельное пюре                                                                | 200          | 4,20                 | 7,10         | 29,10        | 197,10                                 |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                    | 200          | 0,00                 | 0,00         | 10,00        | 40,00                                  |
| ттк                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»                         | 50           | 4,10                 | 0,50         | 25,00        | 125,00                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                  | <b>550</b>   | <b>17,90</b>         | <b>10,50</b> | <b>70,40</b> | <b>452,60</b>                          |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                  | <b>78,02</b> |                      |              |              |                                        |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                  |              |                      |              |              |                                        |
| №25 партнер2013           | Салат из свеклы с маслом растительным                                            | 90           | 1,20                 | 7,20         | 5,9          | 92,70                                  |
| 63 Партнер 2013           | Суп картофельный с горохом и гречками 240/10                                     | 250          | 6,9                  | 2,60         | 25,20        | 151,20                                 |
| 164 партнер2021           | Гречка по- купечески                                                             | 180          | 10,60                | 9,50         | 16,00        | 212,00                                 |
| 282 Партнер 2013          | Компот из свежих яблок                                                           | 200          | 0,09                 | 0,09         | 12,30        | 50,60                                  |
| ттк                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»<br>для детского питания | 45           | 3,70                 | 0,40         | 22,50        | 112,50                                 |
| ттк                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной                        | 40           | 3,10                 | 0,40         | 17,90        | 90,80                                  |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                  | <b>805</b>   | <b>25,59</b>         | <b>20,19</b> | <b>99,8</b>  | <b>709,8</b>                           |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                  | <b>80,02</b> |                      |              |              |                                        |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: четверг

Неделя: 1

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                                                                       | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерге-<br>тическая ценность<br>(ккал) |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------------|
|                           |                                                                                                      |              | Б                    | Ж            | У             |                                        |
| 1                         | 2                                                                                                    | 3            | 4                    | 5            | 6             | 7                                      |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                      |              |                      |              |               |                                        |
| №6 партнер2013            | Салат из свежей капусты с морковью                                                                   | 100          | 2,3                  | 5,10         | 11,30         | 99,00                                  |
| 204 партнер2013           | Макароны отварные с маслом сливочным                                                                 | 200          | 7,50                 | 6,00         | 47,80         | 275,10                                 |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                        | 200          | 0,00                 | 0,00         | 10,00         | 40,00                                  |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»                                             | 50           | 4,10                 | 0,50         | 25,00         | 125,00                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                      | <b>550</b>   | <b>13,9</b>          | <b>11,6</b>  | <b>94,1</b>   | <b>539,1</b>                           |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                      | <b>78,02</b> |                      |              |               |                                        |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                      |              |                      |              |               |                                        |
| Партнер 2013 №54          | Борщ из свежей капусты со сметаной                                                                   | 250          | 2,10                 | 6,40         | 11,7          | 115,00                                 |
| Ттк20/3                   | Котлеты куриные "Наггетсы" с соусом томатным40/60                                                    | 100          | 11,40                | 6,10         | 10,3          | 144,20                                 |
| №464 сб1996               | Каша перловая вязкая                                                                                 | 180          | 3,65                 | 4,90         | 25,90         | 163,80                                 |
| 281 Партнер 2013          | Компот из сухофруктов                                                                                | 200          | 0,20                 | 0,00         | 14,50         | 58,50                                  |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                     | 45           | 3,70                 | 0,40         | 22,50         | 112,50                                 |
| тتك                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8» для детского питания | 40           | 3,10                 | 0,40         | 17,90         | 90,80                                  |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                      | <b>815</b>   | <b>24,15</b>         | <b>18,20</b> | <b>102,80</b> | <b>684,80</b>                          |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                      | <b>90,02</b> |                      |              |               |                                        |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: пятница

Неделя: 1

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|
|                           |                                                           |              | Б                    | Ж           | У            |                                   |
| 1                         | 2                                                         | 3            | 4                    | 5           | 6            | 7                                 |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                           |              |                      |             |              |                                   |
| тк22                      | Голубцы ленивые Детские с соусом томатным 60/40           | 100          | 5,4                  | 5,40        | 6,60         | 97,00                             |
| №465 сб 1983              | Рис отварной с маслом сливочным                           | 200          | 5,1                  | 7,20        | 53,30        | 299,20                            |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                             | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00        | 40,00                             |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»  | 50           | 4,10                 | 0,50        | 25,00        | 125,00                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                           | <b>550</b>   | <b>14,6</b>          | <b>13,1</b> | <b>94,9</b>  | <b>561,2</b>                      |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                           | <b>78,02</b> |                      |             |              |                                   |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                           |              |                      |             |              |                                   |
| 56 Партнер 2013           | Рассольник домашний со сметаной                           | 250          | 2,10                 | 5,20        | 14,80        | 116,30                            |
| тк21сгр                   | Котлеты из говядины люля-кебаб с томатным соусом 60/40    | 100          | 9,70                 | 11,10       | 7,80         | 169,80                            |
| 204 партнер2013           | Вермишель отварная с маслом сливочным                     | 180          | 6,60                 | 5,20        | 43,20        | 247,90                            |
| 294 Партнер,2013          | Кисель плодово-ягодный                                    | 200          | 0,00                 | 0,00        | 20,00        | 76,00                             |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»  | 45           | 3,70                 | 0,40        | 22,50        | 112,50                            |
| тتك                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной | 40           | 3,10                 | 0,40        | 17,90        | 90,80                             |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                           | <b>815</b>   | <b>25,2</b>          | <b>22,3</b> | <b>126,2</b> | <b>813,3</b>                      |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                           | <b>90,02</b> |                      |             |              |                                   |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: понедельник

Неделя: 2

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|                           |                                                           |              | Б                    | Ж            | У            |                                   |
| 1                         | 2                                                         | 3            | 4                    | 5            | 6            | 7                                 |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                           |              |                      |              |              |                                   |
| тк24 сгр                  | Биточки куриные с томатным соусом 60/40                   | 100          | 12,90                | 3,00         | 14,20        | 138,80                            |
| 464 Сб 1996               | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным                  | 200          | 6,30                 | 6,60         | 27,60        | 195,40                            |
| 274 партнер 2013          | Чай витаминизированный Витошка                            | 200          | 0,08                 | 0,00         | 11,80        | 45,20                             |
| ткк                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»  | 50           | 4,10                 | 0,50         | 25,00        | 125,00                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                           | <b>550</b>   | <b>23,38</b>         | <b>10,10</b> | <b>78,60</b> | <b>504,40</b>                     |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                           | <b>78,02</b> |                      |              |              |                                   |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                           |              |                      |              |              |                                   |
| 52 Партнер 2013           | Щи из свежей капусты со сметаной 245/5                    | 250          | 1,60                 | 5,00         | 8,00         | 83,50                             |
| тк21сгр                   | Котлеты мясные с томатным соусом 60/40                    | 100          | 9,80                 | 11,40        | 13,60        | 200,10                            |
| 1996сб табл4              | Каша Артек пшеничная вязкая                               | 180          | 5,3                  | 4,20         | 33,00        | 189,30                            |
| 281 Партнер 2013          | Компот из сухофруктов                                     | 200          | 0,20                 | 0,00         | 14,50        | 58,50                             |
| ткк                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»  | 45           | 3,70                 | 0,40         | 22,50        | 112,50                            |
| ткк                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной | 40           | 3,10                 | 0,40         | 17,90        | 90,80                             |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                           | <b>815</b>   | <b>23,7</b>          | <b>21,4</b>  | <b>109,5</b> | <b>734,7</b>                      |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                           | <b>90,02</b> |                      |              |              |                                   |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: вторник

Неделя: 2

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|                           |                                                           |              | Б                    | Ж            | У            |                                   |
| 1                         | 2                                                         | 3            | 4                    | 5            | 6            | 7                                 |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                           |              |                      |              |              |                                   |
| №200 партнер2013          | Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным195/5            | 200          | 6,30                 | 7,60         | 34,30        | 228,60                            |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                             | 200          | 0,00                 | 0,00         | 10,00        | 40,00                             |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»  | 50           | 4,10                 | 0,50         | 25,00        | 125,00                            |
| тتك                       | Сыр порционно                                             | 10           | 2,60                 | 2,70         | 0,0          | 38,20                             |
| тتك                       | Фрукты( яблоко)                                           | 100          | 0,40                 | 0,40         | 9,8          | 47,00                             |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                           | <b>560</b>   | <b>13</b>            | <b>11</b>    | <b>79</b>    | <b>479</b>                        |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                           | <b>78,02</b> |                      |              |              |                                   |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                           |              |                      |              |              |                                   |
| №67 партнер2013           | Свекольник со сметаной                                    | 250          | 2,00                 | 4,30         | 13,2         | 99,20                             |
| партнер,54 сб Онице       | Макароны отварные с соусом Болоньезе160/70                | 230          | 16,20                | 16,90        | 53,60        | 334,40                            |
| пром                      | Печенье в ассортименте                                    | 40           | 3,00                 | 3,8          | 28,0         | 162,8                             |
| 282 Партнер 2013          | Компот из свежих яблок                                    | 200          | 0,09                 | 0,09         | 12,30        | 50,60                             |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»  | 45           | 3,70                 | 0,40         | 22,50        | 112,50                            |
| тتك                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной | 40           | 3,10                 | 0,40         | 17,90        | 90,80                             |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                           | <b>805</b>   | <b>28,09</b>         | <b>25,89</b> | <b>147,5</b> | <b>850,3</b>                      |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                           | <b>90,02</b> |                      |              |              |                                   |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: среда

Неделя: 2

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                                                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|
|                           |                                                                                                   |              | Б                    | Ж           | У            |                                   |
| 1                         | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5           | 6            | 7                                 |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                   |              |                      |             |              |                                   |
| №84 партнер2015           | Тефтели (фишболы)рыбные с томатным соусом 60/40                                                   | 100          | 8,00                 | 2,20        | 11,30        | 99,30                             |
| 133 Партнер 2013          | Картофельное пюре                                                                                 | 200          | 4,20                 | 7,10        | 29,10        | 197,10                            |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00        | 40,00                             |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»                                          | 50           | 4,10                 | 0,50        | 25,00        | 125,00                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                   | <b>550</b>   | <b>16,3</b>          | <b>9,8</b>  | <b>75,4</b>  | <b>461,4</b>                      |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                   | <b>78,02</b> |                      |             |              |                                   |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                   |              |                      |             |              |                                   |
| тк №16 партнер2013        | Салат из моркови с сахаром,м/р                                                                    | 100          | 1,00                 | 4,60        | 14,6         | 100,00                            |
| 63 Партнер 2013           | Суп картофельный с горохом и гренками 240/10                                                      | 250          | 6,9                  | 2,60        | 25,20        | 151,20                            |
| 164 партнер2021           | Гречка по- купечески                                                                              | 180          | 10,60                | 9,50        | 16,00        | 212,00                            |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00        | 40,00                             |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»                                          | 45           | 3,70                 | 0,40        | 22,50        | 112,50                            |
| ТТК                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 40           | 3,10                 | 0,40        | 17,90        | 90,80                             |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                   | <b>815</b>   | <b>25,3</b>          | <b>17,5</b> | <b>106,2</b> | <b>706,5</b>                      |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                   | <b>90,02</b> |                      |             |              |                                   |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: четверг

Неделя: 2

| №<br>рец.                 | Прием пищи, наименование блюда                                                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
|                           |                                                                                                   |              | Б                    | Ж           | У            |                                |
| 1                         | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5           | 6            | 7                              |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                   |              |                      |             |              |                                |
| Партнер 2013 №54          | Борщ из свежей капусты со сметаной 250/10                                                         | 260          | 2,30                 | 8,30        | 13,6         | 138,00                         |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00        | 40,00                          |
| пром                      | Печенье в ассортименте                                                                            | 40           | 3,00                 | 4,5         | 28,3         | 164,5                          |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»                                          | 50           | 4,10                 | 0,50        | 25,00        | 125,00                         |
| тتك                       | Сыр порционно                                                                                     | 10           | 2,60                 | 2,70        | 0,0          | 38,20                          |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                   | <b>560</b>   | <b>12</b>            | <b>16</b>   | <b>76,9</b>  | <b>505,7</b>                   |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                   | <b>78,02</b> |                      |             |              |                                |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                   |              |                      |             |              |                                |
| №59 партнер2013           | Суп картофельный с вермишелью                                                                     | 250          | 2,70                 | 2,50        | 18,8         | 112,00                         |
| №159 партнер2021          | Картофель и овощи тушеные с куриным фаршем                                                        | 180          | 10,80                | 11,40       | 18,00        | 218,00                         |
| 281 Партнер 2013          | Компот из сухофруктов                                                                             | 200          | 0,20                 | 0,00        | 14,50        | 58,50                          |
| тتك                       | Фрукты( яблоко)                                                                                   | 100          | 0,40                 | 0,40        | 9,8          | 47,00                          |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 45           | 3,70                 | 0,40        | 22,50        | 112,50                         |
| тتك                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 40           | 3,10                 | 0,40        | 17,90        | 90,80                          |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                   | <b>815</b>   | <b>20,9</b>          | <b>15,1</b> | <b>101,5</b> | <b>638,8</b>                   |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                   | <b>90,02</b> |                      |             |              |                                |

Рацион: 12 лет и старше ,в т.ч ММС и родительская плата

День: пятница

Неделя: 2

| №<br>рец.                      | Прием пищи, наименование блюда                                                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
|                                |                                                                                                   |              | Б                    | Ж            | У             |                                   |
| 1                              | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5            | 6             | 7                                 |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>       |                                                                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| тк21сгр                        | Котлеты из говядины люля-кебаб с томатным соусом 60/40                                            | 100          | 9,70                 | 11,10        | 7,80          | 169,80                            |
| 204 партнер2013                | Вермишель отварная с маслом сливочным                                                             | 200          | 7,40                 | 5,80         | 48,00         | 244,90                            |
| №273 партнер 2013              | Чай с лимоном, сахаром                                                                            | 200          | 0,20                 | 0,04         | 10,20         | 41,00                             |
| тتك                            | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 50           | 4,10                 | 0,50         | 25,00         | 125,00                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>        |                                                                                                   | <b>550</b>   | <b>18,6</b>          | <b>19,1</b>  | <b>76,7</b>   | <b>536,6</b>                      |
| <b>Стоимость завтрака</b>      |                                                                                                   | <b>78,02</b> |                      |              |               |                                   |
| <b>Обед (2 смена)</b>          |                                                                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 56 Партнер 2013                | Рассольник по Ленинградски со сметаной 245/5                                                      | 250          | 1,90                 | 4,70         | 11,9          | 103,60                            |
| №22 сгр                        | Биточки рыбные с соусом томатным 60/40                                                            | 100          | 9,70                 | 2,70         | 18,3          | 141,00                            |
| №465 сб 1983                   | Рис отварной с маслом сливочным                                                                   | 180          | 4,6                  | 6,50         | 48,00         | 269,30                            |
| 282 Партнер 2013               | Компот из свежих яблок                                                                            | 200          | 0,09                 | 0,09         | 12,30         | 50,60                             |
| тتك                            | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 45           | 3,70                 | 0,40         | 22,50         | 112,50                            |
| тتك                            | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 40           | 3,10                 | 0,40         | 17,90         | 90,80                             |
| <b>Итого за Обед</b>           |                                                                                                   | <b>815</b>   | <b>23,09</b>         | <b>14,79</b> | <b>130,9</b>  | <b>767,8</b>                      |
| <b>Стоимость обеда</b>         |                                                                                                   | <b>90,02</b> |                      |              |               |                                   |
| <b>Итого за период завтрак</b> |                                                                                                   | <b>552</b>   | <b>16,71</b>         | <b>13,26</b> | <b>81,82</b>  | <b>514,48</b>                     |
| <b>Итого за период обед</b>    |                                                                                                   | <b>813</b>   | <b>25,34</b>         | <b>18,93</b> | <b>117,14</b> | <b>733,85</b>                     |