

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ Лицей №3

В.Ю. Ищук

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО «КШП»

Е.А. Горобченко

12.01.2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 00910E1299FDF6AA36B9932F67A41E381D

Владелец ИЩУК ВЕРОНИКА ЮРЬЕВНА

Действителен с 14.08.2025 по 07.11.2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BD0B5C00ADB3D9B742A9856EAD9B3776

Владелец ГОРОБЧЕНКО ЕВГЕНИЯ АРКАДЬЕВНА

Действителен с 08.12.2025 по 08.03.2027

## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ с 7 до 11 лет 1 смена

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Какао с молоком	TTK 1860/26	200,00	3,06	0,61	1,60	90,16
Каша пшеничная рассыпчатая	TTK 1674/26	200,00	2,77	5,64	45,78	177,00
Горбуша с овощами	TTK 2098/26	100,00	8,82	11,91	1,23	138,64
<b>Итого:</b>		<b>660,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,53</b>	<b>560,26</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>660,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,53</b>	<b>560,26</b>

<b>2 День</b>	
<b>1-4 классы (1 смена)</b>	
Молоко сгущенное	TTK 1832/26
Каша молочная пшененная с яблоком	TTK 1699/26
Йогурт фруктовый	TTK 2124/26
Маффин ванильный	TTK 1886/26
Напиток "Грушенька"	TTK 1706/26
Батон	TTK 1873/26
Сырники из творога	TTK 1691/26
<b>Итого:</b>	
<b>Итого за день:</b>	

<b>3 День</b>	
<b>1-4 классы (1 смена)</b>	
Паста с филе индейки в сливочном соусе	TTK 1554-1/26
Маффин творожный	TTK 1887/26
Напиток "Каркаде" с апельсином	TTK 1721/26
Батон	TTK 1873/26
Яблоко	TTK 1923/26
<b>Итого:</b>	

<b>Итого за день:</b>	<b>612,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>80,00</b>	<b>559,90</b>
-----------------------	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

<b>4 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Азу	TTK 2159/26	217,00	14,60	8,59	44,90	305,50
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Тёплый компот из яблок и смородины	TTK 1746/26	200,00	0,26	0,14	13,40	52,96
<b>Итого:</b>		<b>557,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,00</b>
<b>Итого за день:</b>						
		<b>557,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,00</b>

<b>5 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Паста "Школьная" с томатом	TTK 1814-1/26	205,00	11,17	5,33	37,38	178,45
Салат "Ветерок"	TTK 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Напиток "Дюшес"	TTK 2093/26	200,00	0,03	0,06	10,04	40,08
<b>Итого:</b>		<b>620,00</b>	<b>18,73</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>520,80</b>
<b>Итого за день:</b>						
		<b>620,00</b>	<b>18,73</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>520,80</b>

<b>6 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Жаркое "Ассорти" с мясом	TTK 1816-3/26	250,00	4,74	7,42	31,39	147,38
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Чай с молоком сгущенным	TTK 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Сдобы с маком	TTK 1894/26	75,00	9,23	7,69	20,40	188,03
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>580,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>520,46</b>
<b>Итого за день:</b>						
		<b>580,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>520,46</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделю</b>	<b>623,17</b>	<b>18,96</b>	<b>19,00</b>	<b>81,76</b>	<b>546,85</b>
---	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Сосиски отварные	TTK 1821/26	100,00	11,98	14,59	33,85	288,06
Каша гречневая рассыпчатая	TTK1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
Чай чёрный со смородиной	TTK 1854/26	200,00	0,24	0,06	9,77	38,40
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Груша	TTK 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
<b>Итого:</b>		<b>640,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>80,66</b>	<b>560,76</b>
<b>Итого за день:</b>						
		<b>640,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>80,66</b>	<b>560,76</b>

<b>2 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Запеканка из творога	TTK 1652/26	100,00	5,89	10,79	13,16	103,00
Молоко сгущенное	TTK 1832/26	27,00	1,94	2,30	14,99	85,70
Каша молочная рисовая с ягодами	TTK 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40

Йогурт фруктовый	ТТК 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Напиток "Каркаде"	ТТК 1708/26	200,00	0,04		9,31	35,44
<b>Итого:</b>		<b>667,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>559,58</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>667,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>559,58</b>

<b>3 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Овощное ассорти	ТТК 1919/26	45,00	0,40	0,06	1,78	8,66
Макароны с птицей	ТТК 1801-1/26	208,00	7,18	5,71	25,65	182,59
Панкейки	ТТК 1896/26	60,00	6,79	11,74	19,08	196,68
Кофейный напиток	ТТК 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>553,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,25</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>553,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,25</b>

<b>4 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Каша гречневая с филе индейки	ТТК 1819-1/26	248,00	14,13	18,27	39,11	364,00
Чай с лимоном	ТТК 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Апельсин	ТТК 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
<b>Итого:</b>		<b>648,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,20</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>648,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,20</b>

<b>5 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Салат "Сытный"	ТТК 1779-1/26	100,00	2,73	4,95	4,92	36,31
Рис запеченный	ТТК 1664/26	200,00	1,59	3,95	23,00	134,72
Теплый компот с грушей и корицей	ТТК 1747/26	200,00	0,08	0,05	11,47	43,76
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Блинчики с клубникой	ТТК 1883/26	80,00	2,77	3,41	4,52	135,04
Котлета "Волжская"	ТТК 1678-1/26	100,00	10,23	6,46	28,09	163,00
<b>Итого:</b>		<b>700,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,85</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>700,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,85</b>

<b>6 День</b>						
<b>1-4 классы (1 смена)</b>						
Огурцы по-деревенски	ТТК 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Запеканка картофельная с печенью	ТТК 1612-1/26	220,00	14,34	7,10	48,46	303,49
Черный чай с имбирем	ТТК 1865/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Сметана	ТТК 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
<b>Итого:</b>		<b>572,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,00</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>572,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,00</b>

<b>Среднедневное значение за 2 недели</b>	630,00	19,00	19,00	81,78	560,27
<b>Среднедневное значение за две недели</b>	626,59	18,98	19,00	81,77	553,56

**Стоимость питания 178 руб. в день**

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ с 7 до 11 лет 2 смена**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	15,00	1,08	0,13	7,61	36,90
Наггетсы из птицы	ТТК 1799/26	100,00	6,62	6,01	14,11	237,78
Сметана	ТТК 1830/26	25,00	0,61	3,30	0,82	35,86
Фрикадельки	ТТК 1904/26	30,00	6,30	5,06	0,24	71,73
Зелень свежая	ТТК 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
Слойка с малиной	ТТК 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Щи из свежей капусты с картофелем	ТТК 1754-1/26	250,00	1,70	4,57	9,88	87,47
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Напиток клюквенный	ТТК 2091/26	200,00	0,12	0,04	10,67	42,40
Каша гречневая рассыпчатая	ТТК 1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
<b>Итого:</b>		<b>912,00</b>	<b>26,95</b>	<b>27,60</b>	<b>82,00</b>	<b>820,00</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>912,00</b>	<b>26,95</b>	<b>27,60</b>	<b>82,00</b>	<b>820,00</b>

<b>2 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Суп-лапша с перцем	ТТК 1764-1/26	250,00	5,77	0,01	20,71	226,08
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	ТТК 1902/26	10,00	3,30	2,32	0,11	34,06
Плов из булгура с филе индейки	ТТК 2122/26	225,00	12,88	13,67	29,76	224,58
Компот из свежих яблок с ягодами	ТТК 1737-50/26	200,00	0,23	0,11	26,16	101,59
Батон "Спорт - актив"	ТТК 1872/26	30,00	2,70	1,80	14,10	83,40
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Завитушка с корицей	ТТК 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
<b>Итого:</b>		<b>801,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,90</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>801,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,90</b>

<b>3 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Говядина отварная	ТТК 1902/26	14,00	4,62	3,25	0,15	47,68
Сметана	ТТК 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Салат "Радуга"	ТТК 1782/26	100,00	2,93	4,95	9,65	94,87
Рагу овощное из птицы	ТТК 1806-3/26	200,00	12,32	10,92	32,72	379,09
Компот из кураги	ТТК 1710-50/26	200,00	1,04	0,06	23,78	89,73
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60

Мандарин	TTK 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69
Суп-пюре гороховый	TTK 1763-1/26	250,00	1,82	5,81	18,28	44,20
<b>Итого:</b>		<b>934,00</b>	<b>26,99</b>	<b>27,59</b>	<b>114,99</b>	<b>819,97</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>934,00</b>	<b>26,99</b>	<b>27,59</b>	<b>114,99</b>	<b>819,97</b>

<b>4 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Свекольник	TTK 1908-1/26	250,00	6,96	13,03	8,33	180,35
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Фрикадельки	TTK 1904/26	20,00	4,20	3,38	0,16	47,82
Сметана	TTK 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Салат "Картофельный"	TTK 1785-1/26	100,00	2,98	7,48	14,54	109,31
Пельмени мясные	TTK 1813/26	200,00	9,53	1,96	52,50	290,00
Сок	TTK 1720/26	180,00	0	0	18,54	77,83
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
<b>Итого:</b>		<b>806,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,34</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>806,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,34</b>

<b>5 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Апельсин	TTK 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
Маффин творожный	TTK 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Напиток "Облепиховый"	TTK 1743/26	200,00	0,27	0,08	13,61	53,80
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Рис припущеный	TTK 1676/26	180,00	6,72	2,09	32,30	94,00
Рыба, запеченная с томатом	TTK 1805/26	100,00	7,04	4,06	2,51	121,00
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Фрикадельки	TTK 1904/26	15,00	3,15	2,53	0,12	35,86
Рассольник "Ленинградский"	TTK 1907-1/26	250,00	2,07	4,95	5,86	116,26
<b>Итого:</b>		<b>1 025,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>821,63</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 025,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>821,63</b>

<b>6 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Суп "Шурпа"	TTK 1765-1/26	250,00	0,29	2,93	13,95	121,28
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	TTK 1902/26	20,00	6,60	4,64	0,22	68,12
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Котлета "Купеческая"	TTK 1536-1/26	100,00	10,19	9,57	1,15	153,41
Булгур с маслом	TTK 1667/26	180,00	2,16	2,73	43,14	144,00
Напиток из плодов шиповника	TTK 1707/26	200,00	0,68	0,28	24,28	92,52
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93

<b>Итого:</b>	891,00	27,00	27,60	115,00	819,64
<b>Итого за день:</b>	891,00	27,00	27,60	115,00	819,64
<b>Среднедневное значение за 1 неделю</b>	894,83	26,99	27,60	109,50	820,41

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Щи "Крестьянские"	TTK 1756-1/26	250,00	1,88	10,60	52,88	321,79
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	TTK 1902/26	15,00	4,95	3,48	0,16	51,09
Помидоры черри	TTK 1928/26	46,00	0,40	0,09	1,80	9,66
Котлета рыбная из трески	TTK 1793/26	100,00	9,00	6,50	15,00	137,50
Рис с куркумой	TTK 1675/26	180,00	3,69	0	2,50	26,00
Напиток клюквенный с мандарином	TTK 2089/26	200,00	0,12	0,04	10,57	41,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
<b>Итого:</b>		<b>927,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,50</b>	<b>115,00</b>	<b>820,57</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>927,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,50</b>	<b>115,00</b>	<b>820,57</b>

<b>2 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Суп харчо по-домашнему	TTK 1748-1/26	250,00	4,02	2,73	23,17	124,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	TTK 1902/26	10,00	3,30	2,32	0,11	34,06
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Запеканка картофельная с мясом	TTK 1820-1/26	225,00	9,39	7,41	30,36	246,00
Компот из свежих яблок и груш	TTK 2123-50/26	200,00	0,15	0,13	12,35	51,20
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	15,00	1,08	0,13	7,61	36,90
Слойка с яблоком	TTK 1892/26	75,00	5,40	2,65	21,92	126,52
<b>Итого:</b>		<b>926,00</b>	<b>27,02</b>	<b>27,61</b>	<b>115,24</b>	<b>821,78</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>926,00</b>	<b>27,02</b>	<b>27,61</b>	<b>115,24</b>	<b>821,78</b>

<b>3 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смена)</b>						
Солянка "Праздничная"	TTK 1763-1/26	250,00	3,95	7,19	9,91	127,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
Котлета "Сливочная"	TTK 2114/26	100,00	7,67	9,23	13,12	157,00
Каша перловая рассыпчатая	TTK 1673/26	190,00	0,95	2,11	11,97	84,34
Компот из чернослива	TTK 1733-50/26	200,00	0,54	0,16	24,22	94,59

Хлебцы "Докторские"	TTK 1870/26	20,00	1,64	0,52	9,26	48,28
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	25,00	1,80	0,21	12,68	61,50
Сдоба с маком	TTK 1894/26	75,00	9,23	7,69	20,40	188,03
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Масло сливочное	TTK 1833/26	7,00	1,30	3,66	9,07	55,75
<b>Итого:</b>		<b>989,00</b>	<b>28,29</b>	<b>31,26</b>	<b>124,72</b>	<b>875,90</b>

<b>Итого за день:</b>	<b>989,00</b>	<b>28,29</b>	<b>31,26</b>	<b>124,72</b>	<b>875,90</b>
-----------------------	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

<b>4 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смены)</b>						
Огурец свежий	TTK 1930/26	100,00	0,80	0,10	2,80	15,00
Борщ "Домашний"	TTK 1910-1/26	250,00	7,09	8,87	23,33	198,55
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	TTK 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Ромштекс	TTK 1683/26	100,00	10,00	12,81	2,70	141,88
Макаронные изделия	TTK 1663/26	180,00	1,60	1,45	6,78	72,44
Компот клюквенный с курагой	TTK 2077/26	200,00	0,44	0,04	14,74	56,58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	8,00	0,58	0,07	4,06	19,68
Слойка с клубникой	TTK 1890/26	75,00	3,85	2,59	44,73	226,00
<b>Итого:</b>		<b>959,00</b>	<b>26,97</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,56</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>959,00</b>	<b>26,97</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,56</b>

<b>5 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смены)</b>						
Салат "Весенний"	TTK 1934/26	100,00	1,08	4,48	4,16	58,80
Суп-пюре из овощей	TTK 1761-1/26	250,00	2,86	5,33	13,72	114,28
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Котлета "Пожарская"	TTK 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
Каша пшенная рассыпчатая	TTK 1668/26	180,00	3,97	8,20	38,91	276,19
Напиток "Мишутка"	TTK 1705/26	200,00	0,53	0,11	14,63	59,86
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Груша	TTK 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03		0,09	0,49
<b>Итого:</b>		<b>1 028,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,50</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 028,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,50</b>

<b>6 День</b>						
<b>1-4 классы (2 смены)</b>						
Завитушка с корицей	TTK 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Суп из овощей с фасолью	TTK 1751-1/26	250,00	1,60	3,80	9,30	77,81
Зелень свежая	TTK 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Голубцы "Ленивые"	TTK 1688-1/26	100,00	14,71	1,01	1,23	132,87

Каша гречневая с сыром	ТТК 1666/26	180,00	3,42	1,69	27,96	153,79
Салат "Ветерок"	ТТК 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	16,00	1,15	0,13	8,11	39,36
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Компот из свежих груш	ТТК 1730-50/26	200,00	0,08	0,07	15,85	43,40
<b>Итого:</b>		<b>1 090,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>114,95</b>	<b>820,85</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 090,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>114,95</b>	<b>820,85</b>

<b>Среднедневное значение за 2 недели</b>		<b>986,50</b>	<b>27,21</b>	<b>28,20</b>	<b>116,65</b>	<b>830,03</b>
---	--	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

<b>Среднедневное значение за две недели</b>		<b>940,67</b>	<b>27,10</b>	<b>27,90</b>	<b>113,08</b>	<b>825,22</b>
---	--	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

**Стоимость питания 268 руб. в день**

### **ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ с 7 до 11 лет**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Каша пшеничная рассыпчатая	ТТК 1674/26	200,00	2,77	5,64	45,78	177,00
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Какао с молоком	ТТК 1860/26	200,00	3,06	0,61	1,60	90,16
Горбуша с овощами	ТТК 2098/26	100,00	8,82	11,91	1,23	138,64
<b>Итого:</b>		<b>660,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,53</b>	<b>560,26</b>
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Напиток клюквенный	ТТК 2091/26	200,00	0,12	0,04	10,67	42,40
Каша гречневая рассыпчатая	ТТК 1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
Наггетсы из птицы	ТТК 1799/26	100,00	6,62	6,01	14,11	237,78
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	15,00	1,08	0,13	7,61	36,90
Сметана	ТТК 1830/26	25,00	0,61	3,30	0,82	35,86
Фрикадельки	ТТК 1904/26	30,00	6,30	5,06	0,24	71,73
Зелень свежая	ТТК 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
Щи из свежей капусты с картофелем	ТТК 1754-1/26	250,00	1,70	4,57	9,88	87,47
Слойка с малиной	ТТК 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
<b>Итого:</b>		<b>912,00</b>	<b>26,95</b>	<b>27,60</b>	<b>82,00</b>	<b>820,00</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 572,00</b>	<b>45,95</b>	<b>46,60</b>	<b>164,53</b>	<b>1 380,26</b>

<b>2 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Сырники из творога	ТТК 1691/26	90,00	1,53	3,67	7,46	87,29

Молоко сгущенное	TTK 1832/26	20,00	1,44	1,70	11,10	63,48
Каша молочная пшеничная с яблоком	TTK 1699/26	200,00	6,73	7,24	12,77	114,00
Йогурт фруктовый	TTK 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Маффин ванильный	TTK 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Напиток "Грушенька"	TTK 1706/26	200,00	0,02	0,01	9,68	36,82
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>710,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>559,67</b>
Суп-лапша с перцем	TTK 1764-1/26	250,00	5,77	0,01	20,71	226,08
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	TTK 1902/26	10,00	3,30	2,32	0,11	34,06
Плов из булгура с филе индейки	TTK 2122/26	225,00	12,88	13,67	29,76	224,58
Компот из свежих яблок с ягодами	TTK 1737-50/26	200,00	0,23	0,11	26,16	101,59
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Завитушка с корицей	TTK 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Батон "Спорт - актив"	TTK 1872/26	30,00	2,70	1,80	14,10	83,40
<b>Итого:</b>		<b>801,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,90</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 511,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 380,57</b>

<b>3 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Паста с филе индейки в сливочном соусе	TTK 1554-1/26	212,00	12,84	7,17	15,29	177,00
Маффин творожный	TTK 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Напиток "Каркаде" с апельсином	TTK 1721/26	200,00	0,53	0,01	14,63	59,86
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
<b>Итого:</b>		<b>612,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>80,00</b>	<b>559,90</b>
Суп-пюре гороховый	TTK 1763-1/26	250,00	1,82	5,81	18,28	44,20
Говядина отварная	TTK 1902/26	14,00	4,62	3,25	0,15	47,68
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Салат "Радуга"	TTK 1782/26	100,00	2,93	4,95	9,65	94,87
Рагу овощное из птицы	TTK 1806-3/26	200,00	12,32	10,92	32,72	379,09
Компот из кураги	TTK 1710-50/26	200,00	1,04	0,06	23,78	89,73
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Мандарин	TTK 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69
<b>Итого:</b>		<b>934,00</b>	<b>26,99</b>	<b>27,59</b>	<b>114,99</b>	<b>819,97</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 546,00</b>	<b>45,99</b>	<b>46,59</b>	<b>194,99</b>	<b>1 379,87</b>

<b>4 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Азу	TTK 2159/26	217,00	14,60	8,59	44,90	305,50
Тёплый компот из яблок и смородины	TTK 1746/26	200,00	0,26	0,14	13,40	52,96

Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>557,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,00</b>
Свекольник	TTK 1908-1/26	250,00	6,96	13,03	8,33	180,35
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Фрикадельки	TTK 1904/26	20,00	4,20	3,38	0,16	47,82
Сметана	TTK 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Салат "Картофельный"	TTK 1785-1/26	100,00	2,98	7,48	14,54	109,31
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Сок	TTK 1720/26	180,00	0	0	18,54	77,83
Пельмени мясные	TTK 1813/26	200,00	9,53	1,96	52,50	290,00
<b>Итого:</b>		<b>806,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,34</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 363,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 380,34</b>

<b>5 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Паста "Школьная" с томатом	TTK 1814-1/26	205,00	11,17	5,33	37,38	178,45
Салат "Ветерок"	TTK 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Напиток "Дюшес"	TTK 2093/26	200,00	0,03	0,06	10,04	40,08
<b>Итого:</b>		<b>620,00</b>	<b>18,73</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>520,80</b>
Рыба, запеченная с томатом	TTK 1805/26	100,00	7,04	4,06	2,51	121,00
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Фрикадельки	TTK 1904/26	15,00	3,15	2,53	0,12	35,86
Напиток "Облепиховый"	TTK 1743/26	200,00	0,27	0,08	13,61	53,80
Рассольник "Ленинградский"	TTK 1907-1/26	250,00	2,07	4,95	5,86	116,26
Апельсин	TTK 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
Маффин творожный	TTK 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Рис припущеный	TTK 1676/26	180,00	6,72	2,09	32,30	94,00
<b>Итого:</b>		<b>1 025,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>821,63</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 645,00</b>	<b>45,73</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 342,43</b>

<b>6 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Жаркое "Ассорти" с мясом	TTK 1816-3/26	243,00	4,61	7,21	30,51	143,25
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Чай с молоком сгущенным	TTK 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Сдобы с маком	TTK 1894/26	75,00	9,23	7,69	20,40	188,03
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>578,00</b>	<b>18,99</b>	<b>19,45</b>	<b>81,29</b>	<b>523,51</b>
Булгур с маслом	TTK 1667/26	180,00	2,16	2,73	43,14	144,00
Напиток из плодов шиповника	TTK 1707/26	200,00	0,68	0,28	24,28	92,52

Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Суп "Шурпа"	TTK 1765-1/26	250,00	0,29	2,93	13,95	121,28
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	TTK 1902/26	20,00	6,60	4,64	0,22	68,12
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Котлета "Купеческая"	TTK 1536-1/26	100,00	10,19	9,57	1,15	153,41
<b>Итого:</b>		<b>891,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,64</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 469,00</b>	<b>45,99</b>	<b>47,05</b>	<b>196,29</b>	<b>1 343,15</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделю</b>	<b>1 517,67</b>	<b>45,94</b>	<b>46,67</b>	<b>191,14</b>	<b>1 367,77</b>
---	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Груша	TTK 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Чай чёрный со смородиной	TTK 1854/26	200,00	0,24	0,06	9,77	38,40
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Сосиски отварные	TTK 1821/26	100,00	11,98	14,59	33,85	288,06
Каша гречневая рассыпчатая	TTK1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
<b>Итого:</b>		<b>640,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>80,66</b>	<b>560,76</b>
Помидоры черри	TTK 1928/26	46,00	0,40	0,09	1,80	9,66
Щи "Крестьянские"	TTK 1756-1/26	250,00	1,88	10,60	52,88	321,79
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Говядина отварная	TTK 1902/26	15,00	4,95	3,48	0,16	51,09
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Котлета рыбная из трески	TTK 1793/26	100,00	9,00	6,50	15,00	137,50
Рис с куркумой	TTK 1675/26	180,00	3,69	0	2,50	26,00
Напиток клюквенный с мандарином	TTK 2089/26	200,00	0,12	0,04	10,57	41,40
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
<b>Итого:</b>		<b>927,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,50</b>	<b>115,00</b>	<b>820,57</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 567,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,50</b>	<b>195,66</b>	<b>1 381,33</b>

<b>2 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Йогурт фруктовый	TTK 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Напиток "Каркаде"	TTK 1708/26	200,00	0,04	0	9,31	35,44
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Запеканка из творога	TTK 1652/26	100,00	5,89	10,79	13,16	103,00
Молоко сгущенное	TTK 1832/26	27,00	1,94	2,30	14,99	85,70
Каша молочная рисовая с ягодами	TTK 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40
<b>Итого:</b>		<b>667,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>559,58</b>

Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	15,00	1,08	0,13	7,61	36,90
Компот из свежих яблок и груш	TTK 2123-50/26	200,00	0,15	0,13	12,35	51,20
Запеканка картофельная с мясом	TTK 1820-1/26	225,00	9,39	7,41	30,36	246,00
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Говядина отварная	TTK 1902/26	10,00	3,30	2,32	0,11	34,06
Слойка с яблоком	TTK 1892/26	75,00	5,40	2,65	21,92	126,52
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Суп харчо по-домашнему	TTK 1748-1/26	250,00	4,02	2,73	23,17	124,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
<b>Итого:</b>		<b>926,00</b>	<b>27,02</b>	<b>27,61</b>	<b>115,24</b>	<b>821,78</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 593,00</b>	<b>46,02</b>	<b>46,61</b>	<b>197,24</b>	<b>1 381,36</b>

<b>3 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Панкейки	TTK 1896/26	60,00	6,79	11,74	19,08	196,68
Макароны с птицей	TTK 1801-1/26	208,00	7,18	5,71	25,65	182,59
Овощное ассорти	TTK 1919/26	45,00	0,40	0,06	1,78	8,66
Кофейный напиток	TTK 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>553,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,25</b>
Котлета "Сливочная"	TTK 2114/26	100,00	7,67	9,23	13,12	157,00
Каша перловая рассыпчатая	TTK 1673/26	190,00	0,95	2,11	11,97	84,34
Компот из чернослива	TTK 1733-50/26	200,00	0,54	0,16	24,22	94,59
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	25,00	1,80	0,21	12,68	61,50
Сдоба с маком	TTK 1894/26	75,00	9,23	7,69	20,40	188,03
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Масло сливочное	TTK 1833/26	7,00	1,30	3,66	9,07	55,75
Хлебцы "Докторские"	TTK 1870/26	20,00	1,64	0,52	9,26	48,28
Солянка "Праздничная"	TTK 1763-1/26	250,00	3,95	7,19	9,91	127,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
<b>Итого:</b>		<b>989,00</b>	<b>28,29</b>	<b>31,26</b>	<b>124,72</b>	<b>875,90</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 542,00</b>	<b>47,29</b>	<b>50,26</b>	<b>206,72</b>	<b>1 436,15</b>

<b>4 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Апельсин	TTK 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Чай с лимоном	TTK 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Каша гречневая с филе индейки	TTK 1819-1/26	248,00	14,13	18,27	39,11	364,00
<b>Итого:</b>		<b>648,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,20</b>
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Компот клюквенный с курагой	TTK 2077/26	200,00	0,44	0,04	14,74	56,58

Макаронные изделия	TTK 1663/26	180,00	1,60	1,45	6,78	72,44
Ромштекс	TTK 1683/26	100,00	10,00	12,81	2,70	141,88
Сметана	TTK 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Борщ "Домашний"	TTK 1910-1/26	250,00	7,09	8,87	23,33	198,55
Огурец свежий	TTK 1930/26	100,00	0,80	0,10	2,80	15,00
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	8,00	0,58	0,07	4,06	19,68
Слойка с клубникой	TTK 1890/26	75,00	3,85	2,59	44,73	226,00
<b>Итого:</b>		<b>959,00</b>	<b>26,97</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,56</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 607,00</b>	<b>45,97</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 380,76</b>

<b>5 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Котлета "Волжская"	TTK 1678-1/26	100,00	10,23	6,46	28,09	163,00
Теплый компот с грушей и корицей	TTK 1747/26	200,00	0,08	0,05	11,47	43,76
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Блинчики с клубникой	TTK 1883/26	80,00	2,77	3,41	4,52	135,04
Рис запеченный	TTK 1664/26	200,00	1,59	3,95	23,00	134,72
Салат "Сытный"	TTK 1779-1/26	100,00	2,73	4,95	4,92	36,31
<b>Итого:</b>		<b>700,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,85</b>
Каша пшенная рассыпчатая	TTK 1668/26	180,00	3,97	8,20	38,91	276,19
Напиток "Мишутка"	TTK 1705/26	200,00	0,53	0,11	14,63	59,86
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Груша	TTK 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Салат "Весенний"	TTK 1934/26	100,00	1,08	4,48	4,16	58,80
Суп-пюре из овощей	TTK 1761-1/26	250,00	2,86	5,33	13,72	114,28
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Котлета "Пожарская"	TTK 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
<b>Итого:</b>		<b>1 028,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,50</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 728,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 381,35</b>

<b>6 День</b>						
<b>Льгота 7-11 лет</b>						
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Черный чай с имбирем	TTK 1865/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Запеканка картофельная с печенью	TTK 1612-1/26	220,00	14,34	7,10	48,46	303,49
<b>Итого:</b>		<b>572,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,00</b>
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Салат "Ветерок"	TTK 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Суп из овощей с фасолью	TTK 1751-1/26	250,00	1,60	3,80	9,30	77,81
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21

Завитушка с корицей	ТТК 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Голубцы "Ленивые"	ТТК 1688-1/26	100,00	14,71	1,01	1,23	132,87
Каша гречневая с сыром	ТТК 1666/26	180,00	3,42	1,69	27,96	153,79
Компот из свежих груш	ТТК 1730-50/26	200,00	0,08	0,07	15,85	43,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	16,00	1,15	0,13	8,11	39,36
Зелень свежая	ТТК 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
<b>Итого:</b>		<b>1 090,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>114,95</b>	<b>820,85</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 662,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>196,95</b>	<b>1 380,85</b>

<b>Среднедневное значение за 2 неделя</b>	<b>1 616,50</b>	<b>46,21</b>	<b>47,20</b>	<b>198,43</b>	<b>1 390,30</b>
---	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

<b>Среднедневное значение за две недели</b>	<b>1 567,09</b>	<b>46,08</b>	<b>46,94</b>	<b>194,79</b>	<b>1 379,04</b>
---	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

**Стоимость питания 446 руб. в день**

### **ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7 - 11 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ ГПД ОБЕД и ПОЛДНИК**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>ГПД (обед/полдник)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем	ТТК 1754-1/26	250,00	1,70	4,57	9,88	87,47
Наггетсы из птицы	ТТК 1799/26	100,00	6,62	6,01	14,11	237,78
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	25,00	1,80	0,21	12,68	61,50
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Напиток клюквенный	ТТК 2091/26	200,00	0,12	0,04	10,67	42,40
Каша гречневая рассыпчатая	ТТК 1672/26	200,00	5,13	4,17	13,40	133,71
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
<b>Итого:</b>		<b>811,00</b>	<b>17,74</b>	<b>15,35</b>	<b>76,27</b>	<b>638,95</b>
Тёплый компот из яблок и смородины	ТТК 1746/26	200,00	0,26	0,14	13,40	52,96
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Масло сливочное	ТТК 1833/26	6,00	1,12	3,14	7,77	47,78
Каша молочная рисовая с ягодами	ТТК 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40
<b>Итого:</b>		<b>426,00</b>	<b>7,71</b>	<b>6,61</b>	<b>51,21</b>	<b>336,16</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 237,00</b>	<b>25,45</b>	<b>21,96</b>	<b>127,48</b>	<b>975,11</b>

<b>2 День</b>	
<b>ГПД (обед/полдник)</b>	
Суп-лапша с перцем	ТТК 1764-1/26

Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Плов из индейки	TTK 1812-1/26	250,00	11,65	2,75	45,99	294,33
Компот из свежих яблок с ягодами	TTK 1737-50/26	200,00	0,23	0,11	26,16	101,59
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	12,00	0,86	0,10	6,08	29,52
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
<b>Итого:</b>		<b>868,00</b>	<b>22,03</b>	<b>3,80</b>	<b>128,39</b>	<b>786,03</b>
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Чай с сахаром	TTK 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Ньюки картофельные	TTK 2127/26	205,00	3,91	5,35	28,49	177,71
<b>Итого:</b>		<b>440,00</b>	<b>6,07</b>	<b>7,55</b>	<b>48,20</b>	<b>283,24</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 308,00</b>	<b>28,10</b>	<b>11,35</b>	<b>176,59</b>	<b>1 069,27</b>

<b>3 День</b>						
<b>ГПД (обед/полдник)</b>						
Суп-пюре гороховый	TTK 1763-1/26	250,00	1,82	5,81	18,28	44,20
Рагу овощное из птицы	TTK 1806-3/26	200,00	12,32	10,92	32,72	379,09
Компот из кураги	TTK 1710-50/26	200,00	1,04	0,06	23,78	89,73
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
<b>Итого:</b>		<b>805,00</b>	<b>18,67</b>	<b>17,62</b>	<b>104,14</b>	<b>647,04</b>
Груша печёная с клюквой	TTK 2112/26	110,00	0,65	0,45	24,57	198,50
Напиток "Каркаде"	TTK 1708/26	200,00	0,04	0	9,31	35,44
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>350,00</b>	<b>3,89</b>	<b>0,81</b>	<b>53,88</b>	<b>329,98</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 155,00</b>	<b>22,56</b>	<b>18,43</b>	<b>158,02</b>	<b>977,02</b>

<b>4 День</b>						
<b>ГПД (обед/полдник)</b>						
Свекольник	TTK 1908-1/26	250,00	6,96	13,03	8,33	180,35
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	22,00	1,58	0,18	11,15	54,12
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Чай с сахаром	TTK 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Каша гречневая с сыром	TTK 1666/26	180,00	3,42	1,69	27,96	153,79
Котлета "Пожарская"	TTK 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
<b>Итого:</b>		<b>808,00</b>	<b>29,63</b>	<b>24,98</b>	<b>80,46</b>	<b>656,57</b>
Пудинг с изюмом и курагой	TTK 2143/26	200,00	6,29	3,46	54,62	274,83
Чай зеленый с сахаром	TTK 1859/26	200,00	2,55	0	19,08	84,52
Сметана	TTK 1830/26	16,00	0,39	2,11	0,52	22,95
Оладьи	TTK 1651/26	45,00	3,78	6,78	2,85	58,51
<b>Итого:</b>		<b>461,00</b>	<b>13,01</b>	<b>12,35</b>	<b>77,07</b>	<b>440,81</b>

<b>Итого за день:</b>	<b>1 269,00</b>	<b>42,64</b>	<b>37,33</b>	<b>157,53</b>	<b>1 097,38</b>
-----------------------	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

<b>5 День</b>						
<b>ГПД (обед/полдник)</b>						
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Рыба, запеченная с томатом	TTK 1805/26	100,00	7,04	4,06	2,51	121,00
Рис припущеный	TTK 1676/26	200,00	7,47	2,32	35,89	104,44
Напиток "Облепиховый"	TTK 1743/26	200,00	0,27	0,08	13,61	53,80
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	20,00	1,44	0,17	10,14	49,20
Рассольник "Ленинградский"	TTK 1907-1/26	250,00	2,07	4,95	5,86	116,26
<b>Итого:</b>		<b>806,00</b>	<b>20,66</b>	<b>11,93</b>	<b>83,54</b>	<b>520,79</b>
Запеканка овощная	TTK 1655-2/26	163,00	8,64	1,44	31,07	171,78
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Чай с лимоном	TTK 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>403,00</b>	<b>10,96</b>	<b>4,31</b>	<b>51,18</b>	<b>286,25</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 209,00</b>	<b>31,62</b>	<b>16,24</b>	<b>134,72</b>	<b>807,04</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделя</b>					
	<b>1 235,60</b>	<b>30,07</b>	<b>21,06</b>	<b>150,87</b>	<b>985,16</b>

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>ГПД (обед/полдник)</b>						
Котлета рыбная из трески	TTK 1793/26	100,00	9,00	6,50	15,00	137,50
Рис с куркумой	TTK 1675/26	180,00	3,69	0	2,50	26,00
Щи "Крестьянские"	TTK 1756-1/26	250,00	1,88	10,60	52,88	321,79
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Маффин ванильный	TTK 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Сметана	TTK 1830/26	18,00	0,44	2,38	0,59	25,82
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03		0,09	0,49
Напиток клюквенный с мандарином	TTK 2089/26	200,00	0,12	0,04	10,57	41,40
<b>Итого:</b>		<b>854,00</b>	<b>21,10</b>	<b>23,57</b>	<b>118,63</b>	<b>763,24</b>
Соус сметанный	TTK 1836/26	20,00	0,20	4,94	1,50	24,00
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Напиток "Дюшес"	TTK 2093/26	200,00	0,03	0,06	10,04	40,08
Огурец свежий	TTK 1930/26	20,00	0,16	0,02	0,56	3,00
Котлеты картофельные	TTK 1656/26	100,00	23,00	12,20	13,70	173,80
<b>Итого:</b>		<b>360,00</b>	<b>24,99</b>	<b>17,40</b>	<b>35,80</b>	<b>288,90</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 214,00</b>	<b>46,09</b>	<b>40,97</b>	<b>154,43</b>	<b>1 052,14</b>

<b>2 День</b>					
<b>ГПД (обед/полдник)</b>					

Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Суп харчо по-домашнему	TTK 1748-1/26	250,00	4,02	2,73	23,17	124,00
Компот из свежих яблок и груш	TTK 2123-50/26	200,00	0,15	0,13	12,35	51,20
Запеканка картофельная с мясом	TTK 1820-1/26	240,00	10,02	7,90	32,38	262,40
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
<b>Итого:</b>		<b>871,00</b>	<b>18,80</b>	<b>13,65</b>	<b>102,91</b>	<b>618,22</b>

Чай чёрный с яблоком	TTK 1863/26	190,00	7,09	9,60	21,16	241,36
Масло сливочное	TTK 1833/26	15,00	2,79	7,85	19,43	119,46
Каша гречневая молочная	TTK 1654/26	200,00	7,76	1,00	35,77	160,40
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>425,00</b>	<b>19,24</b>	<b>18,63</b>	<b>86,36</b>	<b>569,24</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 296,00</b>	<b>38,04</b>	<b>32,28</b>	<b>189,27</b>	<b>1 187,46</b>

<b>3 День</b>						
<b>ГПД (обед/полдник)</b>						
Солянка "Праздничная"	TTK 1763-1/26	250,00	3,95	7,19	9,91	127,00
Котлета "Сливочная"	TTK 2114/26	100,00	7,67	9,23	13,12	157,00
Каша перловая рассыпчатая	TTK 1673/26	200,00	1,00	2,22	12,60	88,78
Компот из чернослива	TTK 1733-50/26	200,00	0,54	0,16	24,22	94,59
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	15,00	1,08	0,13	7,61	36,90
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
<b>Итого:</b>		<b>800,00</b>	<b>16,58</b>	<b>19,28</b>	<b>82,90</b>	<b>579,87</b>
Яблоки фаршированные рисом и изюмом	TTK 2144/26	200,00	1,75	1,85	40,61	186,12
Напиток "Каркаде" с апельсином	TTK 1721/26	200,00	0,53	0,01	14,63	59,86
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>420,00</b>	<b>3,88</b>	<b>2,04</b>	<b>65,24</b>	<b>294,00</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 220,00</b>	<b>20,46</b>	<b>21,32</b>	<b>148,14</b>	<b>873,87</b>

<b>4 День</b>						
<b>ГПД (обед/полдник)</b>						
Борщ "Домашний"	TTK 1910-1/26	250,00	7,09	8,87	23,33	198,55
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	8,00	0,58	0,07	4,06	19,68
Компот клюквенный с курагой	TTK 2077/26	200,00	0,44	0,04	14,74	56,58
Макаронные изделия	TTK 1663/26	200,00	1,78	1,61	7,53	80,49
Ромштекс	TTK 1683/26	100,00	10,00	12,81	2,70	141,88

Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
<b>Итого:</b>		<b>809,00</b>	<b>22,63</b>	<b>25,73</b>	<b>68,38</b>	<b>594,78</b>
Кофейный напиток	TTK 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Картофель отварной в сырном соусе	TTK 2075/26	190,00	5,66	3,18	15,58	46,55
<b>Итого:</b>		<b>410,00</b>	<b>8,69</b>	<b>4,49</b>	<b>41,07</b>	<b>170,85</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 219,00</b>	<b>31,32</b>	<b>30,22</b>	<b>109,45</b>	<b>765,63</b>

<b>5 День</b>						
<b>ГПД (обед/полдник)</b>						
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	TTK 1830/26	25,00	0,61	3,30	0,82	35,86
Котлета "Пожарская"	TTK 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
Каша пшенная рассыпчатая	TTK 1668/26	190,00	4,19	8,66	41,07	291,54
Чай с лимоном	TTK 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	21,00	1,51	0,18	10,65	51,66
Суп-пюре из овощей	TTK 1761-1/26	250,00	2,86	5,33	13,72	114,28
<b>Итого:</b>		<b>822,00</b>	<b>26,39</b>	<b>24,92</b>	<b>98,85</b>	<b>734,72</b>
Макароны тушеные с помидорами	TTK 2095/26	190,00	6,10	3,19	39,65	20,97
Сок ягодный	TTK 1720/26	180,00			21,60	82,26
Винегрет "Осенний"	TTK 1921-1/26	80,00	1,49	0,85	7,81	110,39
<b>Итого:</b>		<b>450,00</b>	<b>7,59</b>	<b>4,04</b>	<b>69,06</b>	<b>213,62</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 272,00</b>	<b>33,98</b>	<b>28,96</b>	<b>167,91</b>	<b>948,34</b>

<b>Среднедневное значение за 2 недели</b>	<b>1 244,20</b>	<b>33,98</b>	<b>30,75</b>	<b>153,84</b>	<b>965,49</b>
<b>Среднедневное значение за две недели</b>	<b>1 239,90</b>	<b>32,03</b>	<b>25,91</b>	<b>152,36</b>	<b>975,33</b>

**Стоимость питания 248 руб. в день**

### **ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7 - 11 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ ГПД ПОЛДНИК**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Тёплый компот из яблок и смородины	TTK 1746/26	200,00	0,26	0,14	13,40	52,96
Масло сливочное	TTK 1833/26	6,00	1,12	3,14	7,77	47,78
Каша молочная рисовая с ягодами	TTK 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40

Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>426,00</b>	<b>7,71</b>	<b>6,61</b>	<b>51,21</b>	<b>336,16</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>426,00</b>	<b>7,71</b>	<b>6,61</b>	<b>51,21</b>	<b>336,16</b>

<b>2 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Сметана	ТТК 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Чай с сахаром	ТТК 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Ньюки картофельные	ТТК 2127/26	205,00	3,91	5,35	28,49	177,71
<b>Итого:</b>		<b>440,00</b>	<b>6,07</b>	<b>7,55</b>	<b>48,20</b>	<b>283,24</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>440,00</b>	<b>6,07</b>	<b>7,55</b>	<b>48,20</b>	<b>283,24</b>

<b>3 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Груша печёная с клюквой	ТТК 2112/26	110,00	0,65	0,45	24,57	198,50
Напиток "Каркаде"	ТТК 1708/26	200,00	0,04	0	9,31	35,44
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>350,00</b>	<b>3,89</b>	<b>0,81</b>	<b>53,88</b>	<b>329,98</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>350,00</b>	<b>3,89</b>	<b>0,81</b>	<b>53,88</b>	<b>329,98</b>

<b>4 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Оладьи	ТТК 1651/26	45,00	3,78	6,78	2,85	58,51
Сметана	ТТК 1830/26	16,00	0,39	2,11	0,52	22,95
Чай зеленый с сахаром	ТТК 1859/26	200,00	2,55	0	19,08	84,52
Пудинг с изюмом и курагой	ТТК 2143/26	200,00	6,29	3,46	54,62	274,83
<b>Итого:</b>		<b>461,00</b>	<b>13,01</b>	<b>12,35</b>	<b>77,07</b>	<b>440,81</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>461,00</b>	<b>13,01</b>	<b>12,35</b>	<b>77,07</b>	<b>440,81</b>

<b>5 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Запеканка овощная	ТТК 1655-2/26	163,00	8,64	1,44	31,07	171,78
Сметана	ТТК 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Чай с лимоном	ТТК 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>403,00</b>	<b>10,96</b>	<b>4,31</b>	<b>51,18</b>	<b>286,25</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>403,00</b>	<b>10,96</b>	<b>4,31</b>	<b>51,18</b>	<b>286,25</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделю</b>						
	<b>416,00</b>	<b>8,33</b>	<b>6,33</b>	<b>56,31</b>	<b>335,29</b>	

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Огурец свежий	ТТК 1930/26	20,00	0,16	0,02	0,56	3,00
Напиток "Дюшес"	ТТК 2093/26	200,00	0,03	0,06	10,04	40,08
Соус сметанный	ТТК 658	20,00	0,16	0,66	0,41	8,29
Котлеты картофельные	ТТК 1656/26	100,00	23,00	12,20	13,70	173,80
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>360,00</b>	<b>24,95</b>	<b>13,12</b>	<b>34,71</b>	<b>273,19</b>

<b>Итого за день:</b>	360,00	24,95	13,12	34,71	273,19
-----------------------	--------	-------	-------	-------	--------

<b>2 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Каша гречневая молочная	ТТК 1654/26	200,00	7,76	1,00	35,77	160,40
Чай чёрный с яблоком	ТТК 1863/26	190,00	7,09	9,60	21,16	241,36
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Масло сливочное	ТТК 1833/26	15,00	2,79	7,85	19,43	119,46
<b>Итого:</b>		<b>425,00</b>	<b>19,24</b>	<b>18,63</b>	<b>86,36</b>	<b>569,24</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>425,00</b>	<b>19,24</b>	<b>18,63</b>	<b>86,36</b>	<b>569,24</b>

<b>3 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Яблоки фаршированные рисом и изюмом	ТТК 2144/26	200,00	1,75	1,85	40,61	186,12
Напиток "Каркаде" с апельсином	ТТК 1721/26	200,00	0,53	0,01	14,63	59,86
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>420,00</b>	<b>3,88</b>	<b>2,04</b>	<b>65,24</b>	<b>294,00</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>420,00</b>	<b>3,88</b>	<b>2,04</b>	<b>65,24</b>	<b>294,00</b>

<b>4 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Картофель отварной в сырном соусе	ТТК 2075/26	190,00	5,66	3,18	15,58	46,55
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Кофейный напиток	ТТК 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
<b>Итого:</b>		<b>410,00</b>	<b>8,69</b>	<b>4,49</b>	<b>41,07</b>	<b>170,85</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>410,00</b>	<b>8,69</b>	<b>4,49</b>	<b>41,07</b>	<b>170,85</b>

<b>5 День</b>						
<b>ГПД (полдник) 70</b>						
Винегрет "Осенний"	ТТК 1921-1/26	80,00	1,49	0,85	7,81	110,39
Макароны тушеные с помидорами	ТТК 2095/26	190,00	6,10	3,19	39,65	20,97
Сок ягодный	ТТК 1720/26	180,00			21,60	82,26
<b>Итого:</b>		<b>450,00</b>	<b>7,59</b>	<b>4,04</b>	<b>69,06</b>	<b>213,62</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>450,00</b>	<b>7,59</b>	<b>4,04</b>	<b>69,06</b>	<b>213,62</b>

<b>Среднедневное значение за 2 неделю</b>	413,00	12,87	8,46	59,29	304,18
---	--------	-------	------	-------	--------

<b>Среднедневное значение за две недели</b>	414,50	10,60	7,40	57,80	319,74
---	--------	-------	------	-------	--------

**Стоимость питания 70 руб. в день**

### **ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ БЕЗ РОДИТЕЛЬСКОЙ ПЛАТЫ**

--	--	--	--	--	--

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>						
Повидло яблочное	ТТК 1831/26	23,00	0,09	0	15,18	57,85
Каша молочная рисовая с ягодами	ТТК 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40
Чай с сахаром	ТТК 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Масло сливочное	ТТК 1833/26	10,00	1,86	5,23	12,95	79,64
<b>Итого:</b>		<b>473,00</b>	<b>10,07</b>	<b>8,78</b>	<b>77,39</b>	<b>456,93</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>473,00</b>	<b>10,07</b>	<b>8,78</b>	<b>77,39</b>	<b>456,93</b>

<b>2 День</b>							
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>							
Блинчики	ТТК 1899/26	100,00	11,00	9,40	17,18	250,00	
Молоко сгущенное	ТТК 1832/26	15,00	1,08	1,28	8,33	47,61	
Напиток "Грушенька"	ТТК 1706/26	200,00	0,02	0,01	9,68	36,82	
Сыр порционно	ТТК 1694/26	10,00	1,58	2,29	11,11	80,75	
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02	
<b>Итого:</b>		<b>345,00</b>	<b>15,28</b>	<b>13,16</b>	<b>56,30</b>	<b>463,20</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>345,00</b>	<b>15,28</b>	<b>13,16</b>	<b>56,30</b>	<b>463,20</b>	

<b>3 День</b>							
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>							
Макароны с сыром	ТТК 1970/26	225,00	12,41	22,73	44,42	376,17	
Напиток "Каркаде"	ТТК 1708/26	200,00	0,04	0	9,31	35,44	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60	
Маффин ванильный	ТТК 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04	
<b>Итого:</b>		<b>520,00</b>	<b>17,67</b>	<b>26,70</b>	<b>85,66</b>	<b>597,25</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>520,00</b>	<b>17,67</b>	<b>26,70</b>	<b>85,66</b>	<b>597,25</b>	

<b>4 День</b>							
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>							
Сосиски отварные	ТТК 1821/26	50,00	5,99	7,30	16,93	144,03	
Рис припущеный	ТТК 1676/26	150,00	5,60	1,74	26,92	78,33	
Тёплый компот из яблок и смородины	ТТК 1746/26	180,00	0,24	0,13	12,06	47,66	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60	
<b>Итого:</b>		<b>415,00</b>	<b>14,17</b>	<b>9,52</b>	<b>71,35</b>	<b>345,62</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>415,00</b>	<b>14,17</b>	<b>9,52</b>	<b>71,35</b>	<b>345,62</b>	

<b>5 День</b>							
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>							
Вареники с картофелем	ТТК 1649/26	170,00	10,85	3,02	25,50	169,65	
Сметана	ТТК 1830/26	11,00	0,27	1,45	0,36	15,78	
Напиток "Дюшес"	ТТК 2093/26	200,00	0,03	0,06	10,04	40,08	
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02	
<b>Итого:</b>		<b>401,00</b>	<b>12,75</b>	<b>4,71</b>	<b>45,90</b>	<b>273,53</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>401,00</b>	<b>12,75</b>	<b>4,71</b>	<b>45,90</b>	<b>273,53</b>	

<b>6 День</b>						
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>						
Рагу овощное	TTK 1657/26	200,00	0,94	0,94	24,58	64,98
Чай с молоком сгущенным	TTK 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Салат из свеклы с зеленым горошком	TTK 1771-1/26	100,00	1,68	0,58	10,62	92,00
<b>Итого:</b>		<b>520,00</b>	<b>5,68</b>	<b>3,25</b>	<b>54,92</b>	<b>272,50</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>520,00</b>	<b>5,68</b>	<b>3,25</b>	<b>54,92</b>	<b>272,50</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделю</b>	<b>445,67</b>	<b>12,60</b>	<b>11,02</b>	<b>65,25</b>	<b>401,51</b>
---	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>						
Каша молочная пшеничная с яблоком	TTK 1699/26	195,00	6,56	7,06	12,45	111,15
Чай чёрный со смородиной	TTK 1854/26	200,00	0,24	0,06	9,77	38,40
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Маффин творожный	TTK 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
<b>Итого:</b>		<b>475,00</b>	<b>11,28</b>	<b>18,46</b>	<b>58,38</b>	<b>414,17</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>475,00</b>	<b>11,28</b>	<b>18,46</b>	<b>58,38</b>	<b>414,17</b>

<b>2 День</b>						
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>						
Оладьи	TTK 1651/26	90,00	7,56	13,57	5,70	117,03
Молоко сгущенное	TTK 1832/26	10,00	0,72	0,85	5,55	31,74
Напиток "Каркаде"	TTK 1708/26	200,00	0,04	0	9,31	35,44
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Сыр порционно	TTK 1694/26	15,00	2,37	3,44	16,67	121,12
<b>Итого:</b>		<b>335,00</b>	<b>12,29</b>	<b>18,04</b>	<b>47,23</b>	<b>353,35</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>335,00</b>	<b>12,29</b>	<b>18,04</b>	<b>47,23</b>	<b>353,35</b>

<b>3 День</b>						
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>						
Палочки рыбные	TTK 1689/26	60,00	4,11	8,15	5,12	143,50
Каша гречневая рассыпчатая	TTK 1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
Чай с лимоном	TTK 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
<b>Итого:</b>		<b>475,00</b>	<b>11,30</b>	<b>12,30</b>	<b>42,07</b>	<b>377,20</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>475,00</b>	<b>11,30</b>	<b>12,30</b>	<b>42,07</b>	<b>377,20</b>

<b>4 День</b>						
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>						
Каша перловая рассыпчатая	TTK 1673/26	195,00	0,98	2,16	12,29	86,56
Чай зеленый с апельсином	TTK 1864/26	200,00	0,04	0,01	9,55	36,56
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Наггетсы из птицы	TTK 1799/26	60,00	3,97	3,61	8,47	142,67

<b>Итого:</b>	<b>490,00</b>	<b>7,33</b>	<b>6,13</b>	<b>45,75</b>	<b>341,39</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>490,00</b>	<b>7,33</b>	<b>6,13</b>	<b>45,75</b>	<b>341,39</b>

<b>5 День</b>						
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>						
Котлеты картофельные	ТТК 1656/26	100,00	23,00	12,20	13,70	173,80
Сметана	ТТК 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Чай с сахаром	ТТК 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	25,00	1,67	0,25	11,03	54,00
Квашеная капуста с маслом и зеленым луком	ТТК 1920/26	70,00	1,05	3,45	7,53	65,32
<b>Итого:</b>		<b>405,00</b>	<b>26,15</b>	<b>17,26</b>	<b>41,81</b>	<b>343,46</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>405,00</b>	<b>26,15</b>	<b>17,26</b>	<b>41,81</b>	<b>343,46</b>

<b>6 День</b>						
<b>Питание детей (12 лет и старше)</b>						
Запеканка картофельная с печенью	ТТК 1612-1/26	150,00	9,78	4,84	33,04	206,93
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Чай зеленый с сахаром	ТТК 1859/26	180,00	2,30	0	17,17	76,07
<b>Итого:</b>		<b>350,00</b>	<b>13,68</b>	<b>5,02</b>	<b>60,21</b>	<b>331,02</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>350,00</b>	<b>13,68</b>	<b>5,02</b>	<b>60,21</b>	<b>331,02</b>

<b>Среднедневное значение за 2 недели</b>	<b>421,67</b>	<b>13,67</b>	<b>12,87</b>	<b>49,24</b>	<b>360,10</b>
---	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

<b>Среднедневное значение за две недели</b>	<b>433,67</b>	<b>13,14</b>	<b>11,95</b>	<b>57,25</b>	<b>380,81</b>
---	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

**Стоймость питания 81 руб. в день**

### **ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ завтрак 1 вариант**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Каша пшеничная рассыпчатая	ТТК 1674/26	180,00	2,49	5,08	41,20	159,30
Горбуша с овощами	ТТК 2098/26	100,00	8,82	11,91	1,23	138,64
Салат "Солнышко"	ТТК 1779-1/26	100,00	1,88	0,71	14,05	66,13
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Какао с молоком	ТТК 1860/26	200,00	3,06	0,61	1,60	90,16
<b>Итого:</b>		<b>720,00</b>	<b>19,00</b>	<b>18,97</b>	<b>82,00</b>	<b>560,67</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>720,00</b>	<b>19,00</b>	<b>18,97</b>	<b>82,00</b>	<b>560,67</b>

<b>2 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Молоко сгущенное	TTK 1832/26	22,00	1,58	1,87	12,21	69,83
Каша молочная пшеничная с яблоком	TTK 1699/26	200,00	6,73	7,24	12,77	114,00
Йогурт фруктовый	TTK 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Напиток "Грушенька"	TTK 1706/26	200,00	0,02	0,01	9,68	36,82
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Блины с вишней	TTK 1884/26	80,00	6,71	8,56	28,17	188,57
Сырники из творога	TTK 1691/26	90,00	1,53	3,67	7,46	87,29
<b>Итого:</b>		<b>732,00</b>	<b>22,97</b>	<b>24,11</b>	<b>94,79</b>	<b>644,55</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>732,00</b>	<b>22,97</b>	<b>24,11</b>	<b>94,79</b>	<b>644,55</b>

<b>3 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Салат из свежей капусты с огурцом	TTK 1776-1/26	100,00	0,78	0,41	4,33	17,00
Паста с filee индейки в сливочном соусе	TTK 1554-1/26	200,00	12,11	6,76	14,42	166,98
Маффин творожный	TTK 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Напиток "Каркаде" с апельсином	TTK 1721/26	180,00	0,48	0,01	13,17	53,87
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
<b>Итого:</b>		<b>680,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,89</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>680,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,89</b>

<b>4 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Азу	TTK 2159/26/12	221,00	10,10	4,07	33,13	148,00
Сыр порционно	TTK 1694/26	20,00	3,16	4,59	22,23	161,49
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Тёплый компот из яблок и смородины	TTK 1746/26	200,00	0,26	0,14	13,40	52,96
<b>Итого:</b>		<b>561,00</b>	<b>16,06</b>	<b>18,89</b>	<b>82,46</b>	<b>515,97</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>561,00</b>	<b>16,06</b>	<b>18,89</b>	<b>82,46</b>	<b>515,97</b>

<b>5 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Паста "Школьная" с томатом	TTK 1814-1/26/12	210,00	12,59	9,92	20,29	301,17
Огурцы консервированные	TTK 1931-2/26	100,00	0,28	0	18,21	20,00
Напиток "Дюшес"	TTK 2093/26	200,00	0,03	0,06	10,04	40,08
<b>Итого:</b>		<b>605,00</b>	<b>18,00</b>	<b>14,54</b>	<b>69,54</b>	<b>520,20</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>605,00</b>	<b>18,00</b>	<b>14,54</b>	<b>69,54</b>	<b>520,20</b>

<b>6 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						

Салат из свеклы с зеленым горошком	ТТК 1771-1/26	100,00	1,68	0,58	10,62	92,00
Жаркое "Ассорти" с мясом	ТТК 1816-3/26	250,00	4,74	7,42	31,39	147,38
Сметана	ТТК 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Чай с молоком сгущенным	ТТК 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Сдоба с маком	ТТК 1894/26	75,00	9,23	7,69	20,40	188,03
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>657,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,52</b>	<b>560,14</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>657,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,52</b>	<b>560,14</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделю</b>	659,17	19,01	19,09	82,22	560,40
---	--------	-------	-------	-------	--------

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Салат "Зайчик"	ТТК 1787-1/26	100,00	0,20	0,40	0,29	23,36
Сосиски отварные	ТТК 1821/26	100,00	11,98	14,59	33,85	288,06
Каша гречневая рассыпчатая	ТТК1672/26	190,00	4,87	3,96	12,73	127,02
Чай чёрный со смородиной	ТТК 1854/26	200,00	0,24	0,06	9,77	38,40
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Мандарин	ТТК 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69
<b>Итого:</b>		<b>740,00</b>	<b>21,32</b>	<b>19,56</b>	<b>86,05</b>	<b>615,57</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>740,00</b>	<b>21,32</b>	<b>19,56</b>	<b>86,05</b>	<b>615,57</b>

<b>2 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Запеканка из творога	ТТК 1652/26	100,00	5,89	10,79	13,16	103,00
Молоко сгущенное	ТТК 1832/26	16,00	1,15	1,36	8,88	50,78
Каша молочная рисовая с ягодами	ТТК 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40
Йогурт фруктовый	ТТК 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Маффин ванильный	ТТК 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Напиток "Каркаде"	ТТК 1708/26	200,00	0,04	0	9,31	35,44
<b>Итого:</b>		<b>696,00</b>	<b>19,49</b>	<b>21,50</b>	<b>82,38</b>	<b>586,68</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>696,00</b>	<b>19,49</b>	<b>21,50</b>	<b>82,38</b>	<b>586,68</b>

<b>3 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Помидор свежий дольками	ТТК 1929/26	100,00	0,88	0,20	3,92	21,00
Макароны с птицей	ТТК 1801-1/26	219,00	7,56	6,01	27,01	192,25
Панкейки	ТТК 1896/26	60,00	6,79	11,74	19,08	196,68
Кофейный напиток	ТТК 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>599,00</b>	<b>18,26</b>	<b>19,26</b>	<b>75,50</b>	<b>534,23</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>599,00</b>	<b>18,26</b>	<b>19,26</b>	<b>75,50</b>	<b>534,23</b>

<b>4 День</b>						
---------------	--	--	--	--	--	--

<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Каша гречневая с филе индейки	TTK 1819-1/26	235,00	13,39	17,31	37,06	344,92
Чай с лимоном	TTK 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Апельсин	TTK 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым горошком	TTK 1775-1/26	100,00	1,78	4,20	10,00	121,00
<b>Итого:</b>		<b>715,00</b>	<b>18,44</b>	<b>22,06</b>	<b>79,95</b>	<b>614,10</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>715,00</b>	<b>18,44</b>	<b>22,06</b>	<b>79,95</b>	<b>614,10</b>

<b>5 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Салат "Сытный"	TTK 1779-1/26	100,00	2,73	4,95	4,92	36,31
Котлета "Волжская"	TTK 1678-1/26	100,00	10,23	6,46	28,09	163,00
Теплый компот с грушей и корицей	TTK 1747/26	200,00	0,08	0,05	11,47	43,76
Сыр порционно	TTK 1694/26	12,00	1,90	2,75	13,34	96,90
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Блинчики с клубникой	TTK 1883/26	80,00	2,77	3,41	4,52	135,04
Рис запеченный	TTK 1664/26	200,00	1,59	3,95	23,00	134,72
<b>Итого:</b>		<b>732,00</b>	<b>22,50</b>	<b>21,93</b>	<b>105,34</b>	<b>705,77</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>732,00</b>	<b>22,50</b>	<b>21,93</b>	<b>105,34</b>	<b>705,77</b>

<b>6 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Салат из свежей капусты с морковью	TTK 1774-1/26	100,00	1,71	0,95	5,73	32,00
Запеканка картофельная с печенью	TTK 1612-1/26/12	219,00	11,22	4,05	15,17	35,84
Сметана	TTK 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Завитушка с корицей	TTK 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Черный чай с имбирем	TTK 1865/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
<b>Итого:</b>		<b>624,00</b>	<b>16,37</b>	<b>16,16</b>	<b>59,68</b>	<b>294,06</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>624,00</b>	<b>16,37</b>	<b>16,16</b>	<b>59,68</b>	<b>294,06</b>

<b>Среднедневное значение за 2 недели</b>					
	<b>684,33</b>	<b>19,40</b>	<b>20,08</b>	<b>81,48</b>	<b>558,40</b>

<b>Среднедневное значение за две недели</b>					
	<b>671,75</b>	<b>19,21</b>	<b>19,59</b>	<b>81,85</b>	<b>559,40</b>

**Стоймость питания 198 руб. в день**

### **ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ обед 1 вариант**

--	--	--	--	--	--

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Наггетсы из птицы	ТТК 1799/26	100,00	6,62	6,01	14,11	237,78
Сметана	ТТК 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Фрикадельки	ТТК 1904/26	20,00	4,20	3,38	0,16	47,82
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Щи из свежей капусты с картофелем	ТТК 1754-1/26/12	250,00	7,89	11,35	56,83	243,00
Напиток клюквенный	ТТК 2091/26	200,00	0,12	0,04	10,67	42,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Каша гречневая рассыпчатая	ТТК 1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
<b>Итого:</b>		<b>815,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,23</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>815,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,23</b>

<b>2 День</b>							
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>							
Суп-лапша с перцем	ТТК 1764-1/26/12	250,00	11,22	14,44	28,95	365,00	
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49	
Плов из булгура с филе индейки	ТТК 2122/26	200,00	11,45	12,15	26,45	199,63	
Компот из свежих яблок с ягодами	ТТК 1738-70/26	200,00	0,23	0,11	26,16	101,59	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60	
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	8,00	0,58	0,07	4,06	19,68	
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42	
<b>Итого:</b>		<b>814,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,07</b>	<b>820,41</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>814,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,07</b>	<b>820,41</b>	

<b>3 День</b>							
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>							
Суп-пюре гороховый	ТТК 1763-1/26/12	250,00	9,40	15,72	27,66	198,00	
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49	
Рагу овощное из птицы	ТТК 1806-3/26	205,00	12,63	11,19	33,54	388,57	
Компот из кураги	ТТК 1711-70/26	200,00	1,05	0,07	23,79	89,76	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60	
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60	
Мандарин	ТТК 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69	
<b>Итого:</b>		<b>811,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,71</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>811,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,71</b>	

<b>4 День</b>							
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>							

Винегрет "Осенний"	ТТК 1921-1/26	100,00	1,87	1,06	9,76	137,99
Свекольник	ТТК 1908-1/26/12	250,00	1,99	16,97	27,10	197,00
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Котлета "Пожарская"	ТТК 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
Каша гречневая с сыром	ТТК 1666/26	200,00	3,80	1,88	31,07	170,88
Чай с сахаром	ТТК 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	30,00	2,16	0,25	15,21	73,80
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
<b>Итого:</b>		<b>916,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,50</b>	<b>819,29</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>916,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,50</b>	<b>819,29</b>

<b>5 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5- 11классы)</b>						
Маффин творожный	ТТК 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Напиток "Облепиховый"	ТТК 1743/26	200,00	0,27	0,08	13,61	53,80
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	5,00	0,36	0,04	2,54	12,30
Рис припущеный	ТТК 1676/26	180,00	6,72	2,09	32,30	94,00
Рыба, запеченная с томатом	ТТК 1805/26	100,00	7,04	4,06	2,51	121,00
Рассольник "Ленинградский"	ТТК 1907-1/26/12	250,00	7,39	9,58	22,95	249,00
<b>Итого:</b>		<b>830,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,36</b>	<b>115,51</b>	<b>822,30</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>830,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,36</b>	<b>115,51</b>	<b>822,30</b>

<b>6 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5- 11классы)</b>						
Суп "Шурпа"	ТТК 1765-1/26/12	250,00	5,26	10,76	18,02	248,00
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	ТТК 1902/26	15,00	4,95	3,48	0,16	51,09
Котлета "Купеческая"	ТТК 1536-1/26	100,00	10,19	9,57	1,15	153,41
Булгур с маслом	ТТК 1667/26	200,00	2,40	3,03	47,93	160,00
Напиток из плодов шиповника	ТТК 1707/26	200,00	0,68	0,28	24,28	92,52
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	16,00	1,15	0,13	8,11	39,36
<b>Итого:</b>		<b>817,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,18</b>	<b>820,47</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>817,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,18</b>	<b>820,47</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделю</b>						
		<b>833,83</b>	<b>27,00</b>	<b>27,56</b>	<b>115,21</b>	<b>820,40</b>

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5- 11классы)</b>						

Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Маффин ванильный	ТТК 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Сметана	ТТК 1830/26	18,00	0,44	2,38	0,59	25,82
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Фрикадельки	ТТК 1904/26	20,00	4,20	3,38	0,16	47,82
Котлета рыбная из трески	ТТК 1793/26	100,00	9,00	6,50	15,00	137,50
Щи "Крестьянские"	ТТК 1756-1/26/12	250,00	3,58	11,25	49,09	330,00
Напиток клюквенный с мандарином	ТТК 2089/26	200,00	0,12	0,04	10,57	41,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Рис с куркумой	ТТК 1675/26	180,00	3,69	0	2,50	26,00
<b>Итого:</b>		<b>874,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,27</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>874,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,27</b>

<b>2 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Суп харчо по-домашнему	ТТК 1748-1/26/12	250,00	8,83	14,61	30,50	277,00
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	ТТК 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Запеканка картофельная с мясом	ТТК 1820-1/26	217,00	9,06	7,15	29,28	237,25
Компот из свежих яблок и груш	ТТК 2123-70/26	200,00	0,15	0,13	12,35	51,20
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Слойка с яблоком	ТТК 1892/26	75,00	5,40	2,65	21,92	126,52
<b>Итого:</b>		<b>808,00</b>	<b>27,02</b>	<b>27,61</b>	<b>115,31</b>	<b>821,35</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>808,00</b>	<b>27,02</b>	<b>27,61</b>	<b>115,31</b>	<b>821,35</b>

<b>3 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Солянка "Праздничная"	ТТК 1763-1/26/12	250,00	14,43	13,98	45,34	367,00
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	ТТК 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Котлета "Сливочная"	ТТК 2114/26	100,00	7,67	9,23	13,12	157,00
Каша перловая рассыпчатая	ТТК 1673/26	200,00	1,00	2,22	12,60	88,78
Компот из чернослива	ТТК 1734-70/26	200,00	0,55	0,16	24,22	94,61
Хлебцы "Докторские"	ТТК 1870/26	40,00	3,28	1,04	18,52	96,56
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	27,00	1,94	0,23	13,69	66,42
<b>Итого:</b>		<b>828,00</b>	<b>29,14</b>	<b>28,18</b>	<b>127,91</b>	<b>885,20</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>828,00</b>	<b>29,14</b>	<b>28,18</b>	<b>127,91</b>	<b>885,20</b>

<b>4 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						

Борщ "Домашний"	TTK 1910-1/26/12	250,00	7,60	7,19	69,38	376,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Фрикадельки	TTK 1904/26	18,00	3,78	3,04	0,14	43,04
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Ромштекс	TTK 1683/26	100,00	10,00	12,81	2,70	141,88
Макаронные изделия	TTK 1663/26	180,00	1,60	1,45	6,78	72,44
Компот клюквенный с курагой	TTK 2077/26	200,00	0,44	0,04	14,74	56,58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
<b>Итого:</b>		<b>814,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,32</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>814,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,32</b>

<b>5 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Зелень свежая	TTK 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
Суп-пюре из овощей	TTK 1761-1/26/12	250,00	0,82	7,00	33,35	193,00
Фрикадельки	TTK 1904/26	17,00	3,57	2,87	0,14	40,65
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Котлета "Пожарская"	TTK 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
Каша пшенная рассыпчатая	TTK 1668/26	180,00	3,97	8,20	38,91	276,19
Напиток "Мишутка"	TTK 1705/26	200,00	0,53	0,11	14,63	59,86
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
<b>Итого:</b>		<b>809,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,65</b>	<b>115,81</b>	<b>819,93</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>809,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,65</b>	<b>115,81</b>	<b>819,93</b>

<b>6 День</b>						
<b>Питание с род. платой (5-11классы)</b>						
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Суп из овощей с фасолью	TTK 1751-1/26/12	250,00	4,33	12,63	45,06	262,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03		0,09	0,49
Сметана	TTK 1830/26	22,00	0,54	2,90	0,72	31,55
Салат "Ветерок"	TTK 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Каша гречневая с сыром	TTK 1666/26	180,00	3,42	1,69	27,96	153,79
Компот из свежих груш	TTK 1731-70/26	200,00	0,08	0,07	15,85	43,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Голубцы "Ленивые"	TTK 1688-1/26	100,00	14,71	1,01	1,23	132,87
<b>Итого:</b>		<b>898,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,60</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>898,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,60</b>

<b>Среднедневное значение за 2 неделю</b>	<b>838,50</b>	<b>27,36</b>	<b>27,71</b>	<b>117,34</b>	<b>830,78</b>
---	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

<b>Среднедневное значение за две недели</b>	836,17	27,18	27,64	116,28	825,59
---	--------	-------	-------	--------	--------

**Стоимость питания 198 руб. в день**

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ с 12 лет и старше**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Каша пшеничная рассыпчатая	TTK 1674/26	200,00	2,77	5,64	45,78	177,00
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Какао с молоком	TTK 1860/26	200,00	3,06	0,61	1,60	90,16
Горбуша с овощами	TTK 2098/26	100,00	8,82	11,91	1,23	138,64
<b>Итого:</b>		<b>660,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,53</b>	<b>560,26</b>
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Напиток клюквенный	TTK 2091/26	200,00	0,12	0,04	10,67	42,40
Каша гречневая рассыпчатая	TTK1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
Наггетсы из птицы	TTK 1799/26	100,00	6,62	6,01	14,11	237,78
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	15,00	1,08	0,13	7,61	36,90
Сметана	TTK 1830/26	25,00	0,61	3,30	0,82	35,86
Фрикадельки	TTK 1904/26	30,00	6,30	5,06	0,24	71,73
Зелень свежая	TTK 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
Щи из свежей капусты с картофелем	TTK 1754-1/26	250,00	1,70	4,57	9,88	87,47
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
<b>Итого:</b>		<b>912,00</b>	<b>26,95</b>	<b>27,60</b>	<b>82,00</b>	<b>820,00</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 572,00</b>	<b>45,95</b>	<b>46,60</b>	<b>164,53</b>	<b>1 380,26</b>

<b>2 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Сырники из творога	TTK 1691/26	90,00	1,53	3,67	7,46	87,29
Молоко сгущенное	TTK 1832/26	20,00	1,44	1,70	11,10	63,48
Каша молочная пшенная с яблоком	TTK 1699/26	200,00	6,73	7,24	12,77	114,00
Йогурт фруктовый	TTK 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Маффин ванильный	TTK 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Напиток "Грушенька"	TTK 1706/26	200,00	0,02	0,01	9,68	36,82
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>710,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>559,67</b>
Суп-лапша с перцем	TTK 1764-1/26	250,00	5,77	0,01	20,71	226,08
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	TTK 1902/26	10,00	3,30	2,32	0,11	34,06

Плов из булгура с филе индейки	TTK 2122/26	225,00	12,88	13,67	29,76	224,58
Компот из свежих яблок с ягодами	TTK 1738-70/26	200,00	0,23	0,11	26,16	101,59
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Завитушка с корицей	TTK 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Батон "Спорт - актив"	TTK 1872/26	30,00	2,70	1,80	14,10	83,40
<b>Итого:</b>		<b>801,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,90</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 511,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 380,57</b>

<b>3 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Паста с филе индейки в сливочном соусе	TTK 1554-1/26	212,00	12,84	7,17	15,29	177,00
Маффин творожный	TTK 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Напиток "Каркаде" с апельсином	TTK 1721/26	200,00	0,53	0,01	14,63	59,86
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
<b>Итого:</b>		<b>612,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>80,00</b>	<b>559,90</b>
Суп-пюре гороховый	TTK 1763-1/26	250,00	1,82	5,81	18,28	44,20
Говядина отварная	TTK 1902/26	14,00	4,62	3,25	0,15	47,68
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Салат "Радуга"	TTK 1782/26	100,00	2,93	4,95	9,65	94,87
Рагу овощное из птицы	TTK 1806-3/26	200,00	12,32	10,92	32,72	379,09
Компот из кураги	TTK 1711-70/26	200,00	1,05	0,07	23,79	89,76
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Мандарин	TTK 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69
<b>Итого:</b>		<b>934,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,00</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 546,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>195,00</b>	<b>1 379,90</b>

<b>4 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Азу	TTK 2159/26	217,00	14,60	8,59	44,90	305,50
Тёплый компот из яблок и смородины	TTK 1746/26	200,00	0,26	0,14	13,40	52,96
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>557,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,00</b>
Свекольник	TTK 1908-1/26	250,00	6,96	13,03	8,33	180,35
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Фрикадельки	TTK 1904/26	20,00	4,20	3,38	0,16	47,82
Сметана	TTK 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Салат "Картофельный"	TTK 1785-1/26	100,00	2,98	7,48	14,54	109,31
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Сок	TTK 1720/26	180,00	0	0	18,54	77,83

Пельмени мясные	TTK 1813/26	200,00	9,53	1,96	52,50	290,00
<b>Итого:</b>		<b>806,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,34</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 363,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 380,34</b>

<b>5 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Паста "Школьная" с томатом	TTK 1814-1/26	205,00	11,17	5,33	37,38	178,45
Салат "Ветерок"	TTK 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Напиток "Дюшес"	TTK 2093/26	200,00	0,03	0,06	10,04	40,08
<b>Итого:</b>		<b>620,00</b>	<b>18,73</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>520,80</b>
Рыба, запеченная с томатом		100,00	7,04	4,06	2,51	121,00
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Фрикадельки	TTK 1904/26	15,00	3,15	2,53	0,12	35,86
Напиток "Облепиховый"	TTK 1743/26	200,00	0,27	0,08	13,61	53,80
Рассольник "Ленинградский"	TTK 1907-1/26	250,00	2,07	4,95	5,86	116,26
Апельсин	TTK 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
Маффин творожный	TTK 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Рис припущеный	TTK 1676/26	180,00	6,72	2,09	32,30	94,00
<b>Итого:</b>		<b>1 025,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>821,63</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 645,00</b>	<b>45,73</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 342,43</b>

<b>6 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Жаркое "Ассорти" с мясом	TTK 1816-3/26	243,00	4,61	7,21	30,51	143,25
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Чай с молоком сгущенным	TTK 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Сдобы с маком	TTK 1894/26	75,00	9,23	7,69	20,40	188,03
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>578,00</b>	<b>18,99</b>	<b>19,45</b>	<b>81,29</b>	<b>523,51</b>
Булгур с маслом	TTK 1667/26	180,00	2,16	2,73	43,14	144,00
Напиток из плодов шиповника	TTK 1707/26	200,00	0,68	0,28	24,28	92,52
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Суп "Шурпа"	TTK 1765-1/26	250,00	0,29	2,93	13,95	121,28
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	TTK 1902/26	20,00	6,60	4,64	0,22	68,12
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Котлета "Купеческая"	TTK 1536-1/26	100,00	10,19	9,57	1,15	153,41
<b>Итого:</b>		<b>891,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,64</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 469,00</b>	<b>45,99</b>	<b>47,05</b>	<b>196,29</b>	<b>1 343,15</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделя</b>	<b>1 517,67</b>	<b>45,95</b>	<b>46,68</b>	<b>191,14</b>	<b>1 367,78</b>
---	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Груша	TTK 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Чай чёрный со смородиной	TTK 1854/26	200,00	0,24	0,06	9,77	38,40
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Сосиски отварные	TTK 1821/26	100,00	11,98	14,59	33,85	288,06
Каша гречневая рассыпчатая	TTK1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
<b>Итого:</b>		<b>640,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>80,66</b>	<b>560,76</b>
Помидоры черри	TTK 1928/26	46,00	0,40	0,09	1,80	9,66
Щи "Крестьянские"	TTK 1756-1/26	250,00	1,88	10,60	52,88	321,79
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Говядина отварная	TTK 1902/26	15,00	4,95	3,48	0,16	51,09
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Котлета рыбная из трески	TTK 1793/26	100,00	9,00	6,50	15,00	137,50
Рис с куркумой	TTK 1675/26	180,00	3,69	0	2,50	26,00
Напиток клюквенный с мандарином	TTK 2089/26	200,00	0,12	0,04	10,57	41,40
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
<b>Итого:</b>		<b>927,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,50</b>	<b>115,00</b>	<b>820,57</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 567,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,50</b>	<b>195,66</b>	<b>1 381,33</b>

<b>2 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Йогурт фруктовый	TTK 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Напиток "Каркаде"	TTK 1708/26	200,00	0,04	0	9,31	35,44
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Запеканка из творога	TTK 1652/26	100,00	5,89	10,79	13,16	103,00
Молоко сгущенное	TTK 1832/26	27,00	1,94	2,30	14,99	85,70
Каша молочная рисовая с ягодами	TTK 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40
<b>Итого:</b>		<b>667,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>559,58</b>
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	15,00	1,08	0,13	7,61	36,90
Компот из свежих яблок и груш	TTK 2123-70/26	200,00	0,15	0,13	12,35	51,20
Запеканка картофельная с мясом	TTK 1820-1/26	225,00	9,39	7,41	30,36	246,00
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Говядина отварная	TTK 1902/26	10,00	3,30	2,32	0,11	34,06
Слойка с яблоком	TTK 1892/26	75,00	5,40	2,65	21,92	126,52
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Суп харчо по-домашнему	TTK 1748-1/26	250,00	4,02	2,73	23,17	124,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50

<b>Итого:</b>	<b>926,00</b>	<b>27,02</b>	<b>27,61</b>	<b>115,24</b>	<b>821,78</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1 593,00</b>	<b>46,02</b>	<b>46,61</b>	<b>197,24</b>	<b>1 381,36</b>

<b>3 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Панкейки	TTK 1896/26	60,00	6,79	11,74	19,08	196,68
Макароны с птицей	TTK 1801-1/26	208,00	7,18	5,71	25,65	182,59
Овощное ассорти	TTK 1919/26	45,00	0,40	0,06	1,78	8,66
Кофейный напиток	TTK 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
<b>Итого:</b>		<b>553,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,25</b>

Котлета "Сливочная"	TTK 2114/26	100,00	7,67	9,23	13,12	157,00
Каша перловая рассыпчатая	TTK 1673/26	190,00	0,95	2,11	11,97	84,34
Компот из чернослива	TTK 1734-70/26	200,00	0,55	0,16	24,22	94,61
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	25,00	1,80	0,21	12,68	61,50
Сдоба с маком	TTK 1894/26	75,00	9,23	7,69	20,40	188,03
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Масло сливочное	TTK 1833/26	7,00	1,30	3,66	9,07	55,75
Хлебцы "Докторские"	TTK 1870/26	20,00	1,64	0,52	9,26	48,28
Солянка "Праздничная"	TTK 1763-1/26	250,00	3,95	7,19	9,91	127,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
<b>Итого:</b>		<b>989,00</b>	<b>28,30</b>	<b>31,26</b>	<b>124,72</b>	<b>875,92</b>

<b>Итого за день:</b>	<b>1 542,00</b>	<b>47,30</b>	<b>50,26</b>	<b>206,72</b>	<b>1 436,17</b>
-----------------------	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

<b>4 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Апельсин	TTK 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Чай с лимоном	TTK 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Каша гречневая с филе индейки	TTK 1819-1/26	248,00	14,13	18,27	39,11	364,00
<b>Итого:</b>		<b>648,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,20</b>

Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Компот клюквенный с курагой	TTK 2077/26	200,00	0,44	0,04	14,74	56,58
Макаронные изделия	TTK 1663/26	180,00	1,60	1,45	6,78	72,44
Ромштекс	TTK 1683/26	100,00	10,00	12,81	2,70	141,88
Сметана	TTK 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Борщ "Домашний"	TTK 1910-1/26	250,00	7,09	8,87	23,33	198,55
Огурец свежий	TTK 1930/26	100,00	0,80	0,10	2,80	15,00
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	8,00	0,58	0,07	4,06	19,68
Слойка с клубникой	TTK 1890/26	75,00	3,85	2,59	44,73	226,00
<b>Итого:</b>		<b>959,00</b>	<b>26,97</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,56</b>

<b>Итого за день:</b>	<b>1 607,00</b>	<b>45,97</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 380,76</b>
-----------------------	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

<b>5 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						

Котлета "Волжская"	TTK 1678-1/26	100,00	10,23	6,46	28,09	163,00
Теплый компот с грушей и корицей	TTK 1747/26	200,00	0,08	0,05	11,47	43,76
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Блинчики с клубникой	TTK 1883/26	80,00	2,77	3,41	4,52	135,04
Рис запеченный	TTK 1664/26	200,00	1,59	3,95	23,00	134,72
Салат "Сытный"	TTK 1779-1/26	100,00	2,73	4,95	4,92	36,31
<b>Итого:</b>		<b>700,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,85</b>
Каша пшенная рассыпчатая	TTK 1668/26	180,00	3,97	8,20	38,91	276,19
Напиток "Мишутка"	TTK 1705/26	200,00	0,53	0,11	14,63	59,86
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Груша	TTK 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Салат "Весенний"	TTK 1934/26	100,00	1,08	4,48	4,16	58,80
Суп-пюре из овощей	TTK 1761-1/26	250,00	2,86	5,33	13,72	114,28
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Котлета "Пожарская"	TTK 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
<b>Итого:</b>		<b>1 028,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,50</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 728,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>197,00</b>	<b>1 381,35</b>

<b>6 День</b>						
<b>Льгота с 12 лет</b>						
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Черный чай с имбирем	TTK 1865/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Запеканка картофельная с печенью	TTK 1612-1/26	220,00	14,34	7,10	48,46	303,49
<b>Итого:</b>		<b>572,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,00</b>
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Салат "Ветерок"	TTK 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Суп из овощей с фасолью	TTK 1751-1/26	250,00	1,60	3,80	9,30	77,81
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Завитушка с корицей	TTK 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Голубцы "Ленивые"	TTK 1688-1/26	100,00	14,71	1,01	1,23	132,87
Каша гречневая с сыром	TTK 1666/26	180,00	3,42	1,69	27,96	153,79
Компот из свежих груш	TTK 1731-70/26	200,00	0,08	0,07	15,85	43,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	16,00	1,15	0,13	8,11	39,36
Зелень свежая	TTK 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
<b>Итого:</b>		<b>1 090,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>114,95</b>	<b>820,85</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1 662,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,60</b>	<b>196,95</b>	<b>1 380,85</b>

<b>Среднедневное значение за 2 неделя</b>	<b>1 616,50</b>	<b>46,22</b>	<b>47,20</b>	<b>198,43</b>	<b>1 390,30</b>
---	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

<b>Среднедневное значение за две недели</b>	<b>1 567,09</b>	<b>46,09</b>	<b>46,94</b>	<b>194,79</b>	<b>1 379,04</b>
---	-----------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

**Стоймость питания 446 руб. в день**

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ, ЗАВТРАК**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Каша пшеничная рассыпчатая	TTK 1674/26	180,00	2,49	5,08	41,20	159,30
Горбуша с овощами	TTK 2098/26	100,00	8,82	11,91	1,23	138,64
Салат "Солнышко"	TTK 1779-1/26	100,00	1,88	0,71	14,05	66,13
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Какао с молоком	TTK 1860/26	200,00	3,06	0,61	1,60	90,16
<b>Итого:</b>		<b>720,00</b>	<b>19,00</b>	<b>18,97</b>	<b>82,00</b>	<b>560,67</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>720,00</b>	<b>19,00</b>	<b>18,97</b>	<b>82,00</b>	<b>560,67</b>

<b>2 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Молоко сгущенное	TTK 1832/26	22,00	1,58	1,87	12,21	69,83
Каша молочная пшененная с яблоком	TTK 1699/26	200,00	6,73	7,24	12,77	114,00
Йогурт фруктовый	TTK 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Напиток "Грушенька"	TTK 1706/26	200,00	0,02	0,01	9,68	36,82
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Блины с вишней	TTK 1884/26	80,00	6,71	8,56	28,17	188,57
Сырники из творога	TTK 1691/26	90,00	1,53	3,67	7,46	87,29
<b>Итого:</b>		<b>732,00</b>	<b>22,97</b>	<b>24,11</b>	<b>94,79</b>	<b>644,55</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>732,00</b>	<b>22,97</b>	<b>24,11</b>	<b>94,79</b>	<b>644,55</b>

<b>3 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Салат из свежей капусты с огурцом	TTK 1776-1/26	100,00	0,78	0,41	4,33	17,00
Паста с филе индейки в сливочном соусе	TTK 1554-1/26	200,00	12,11	6,76	14,42	166,98
Маффин творожный	TTK 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Напиток "Каркаде" с апельсином	TTK 1721/26	180,00	0,48	0,01	13,17	53,87
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Яблоко	TTK 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
<b>Итого:</b>		<b>680,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,89</b>

<b>Итого за день:</b>	<b>680,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,00</b>	<b>560,89</b>
-----------------------	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

<b>4 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Огурцы по-деревенски	TTK 1932/26	100,00	0,94	9,91	3,70	105,50
Азу	TTK 2159/26/12	221,00	10,10	4,07	33,13	148,00
Сыр порционно	TTK 1694/26	20,00	3,16	4,59	22,23	161,49
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Тёплый компот из яблок и смородины	TTK 1746/26	200,00	0,26	0,14	13,40	52,96
<b>Итого:</b>		<b>561,00</b>	<b>16,06</b>	<b>18,89</b>	<b>82,46</b>	<b>515,97</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>561,00</b>	<b>16,06</b>	<b>18,89</b>	<b>82,46</b>	<b>515,97</b>

<b>5 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Слойка с малиной	TTK 1889/26	75,00	3,50	4,38	11,00	110,93
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Паста "Школьная" с томатом	TTK 1814-1/26	210,00	11,44	5,46	38,29	182,80
Огурцы консервированные	TTK 1931-2/26	100,00	0,28	0	18,21	20,00
Напиток "Дюшес"	TTK 2093/26	200,00	0,03	0,06	10,04	40,08
<b>Итого:</b>		<b>605,00</b>	<b>16,85</b>	<b>10,08</b>	<b>87,54</b>	<b>401,83</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>605,00</b>	<b>16,85</b>	<b>10,08</b>	<b>87,54</b>	<b>401,83</b>

<b>6 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Салат из свеклы с зеленым горошком	TTK 1771-1/26	100,00	1,68	0,58	10,62	92,00
Жаркое "Ассорти" с мясом	TTK 1816-3/26	250,00	4,74	7,42	31,39	147,38
Сметана	TTK 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Чай с молоком сгущенным	TTK 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Сдобы с маком	TTK 1894/26	75,00	9,23	7,69	20,40	188,03
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>657,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,52</b>	<b>560,14</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>657,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,00</b>	<b>82,52</b>	<b>560,14</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделя</b>	<b>659,17</b>	<b>18,81</b>	<b>18,34</b>	<b>85,22</b>	<b>540,68</b>
---	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Салат "Зайчик"	TTK 1787-1/26	100,00	0,20	0,40	0,29	23,36
Сосиски отварные	TTK 1821/26	100,00	11,98	14,59	33,85	288,06
Каша гречневая рассыпчатая	TTK1672/26	190,00	4,87	3,96	12,73	127,02
Чай чёрный со смородиной	TTK 1854/26	200,00	0,24	0,06	9,77	38,40
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Мандарин	TTK 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69
<b>Итого:</b>		<b>740,00</b>	<b>21,32</b>	<b>19,56</b>	<b>86,05</b>	<b>615,57</b>

<b>Итого за день:</b>	740,00	21,32	19,56	86,05	615,57
-----------------------	--------	-------	-------	-------	--------

<b>2 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Запеканка из творога	TTK 1652/26	100,00	5,89	10,79	13,16	103,00
Молоко сгущенное	TTK 1832/26	16,00	1,15	1,36	8,88	50,78
Каша молочная рисовая с ягодами	TTK 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40
Йогурт фруктовый	TTK 2124/26	100,00	3,20	2,40	4,50	52,00
Маффин ванильный	TTK 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Напиток "Каркаде"	TTK 1708/26	200,00	0,04	0	9,31	35,44
<b>Итого:</b>		<b>696,00</b>	<b>19,49</b>	<b>21,50</b>	<b>82,38</b>	<b>586,68</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>696,00</b>	<b>19,49</b>	<b>21,50</b>	<b>82,38</b>	<b>586,68</b>

<b>3 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Помидор свежий дольками	TTK 1929/26	100,00	0,88	0,20	3,92	21,00
Макароны с птицей	TTK 1801-1/26	219,00	7,56	6,01	27,01	192,25
Панкейки	TTK 1896/26	60,00	6,79	11,74	19,08	196,68
Кофейный напиток	TTK 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
<b>Итого:</b>		<b>599,00</b>	<b>18,26</b>	<b>19,26</b>	<b>75,50</b>	<b>534,23</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>599,00</b>	<b>18,26</b>	<b>19,26</b>	<b>75,50</b>	<b>534,23</b>

<b>4 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Каша гречневая с филе индейки	TTK 1819-1/26	235,00	13,39	17,31	37,06	344,92
Чай с лимоном	TTK 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	TTK 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Апельсин	TTK 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым горошком	TTK 1775-1/26	100,00	1,78	4,20	10,00	121,00
<b>Итого:</b>		<b>715,00</b>	<b>18,44</b>	<b>22,06</b>	<b>79,95</b>	<b>614,10</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>715,00</b>	<b>18,44</b>	<b>22,06</b>	<b>79,95</b>	<b>614,10</b>

<b>5 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Салат "Сытный"	TTK 1779-1/26	100,00	2,73	4,95	4,92	36,31
Котлета "Волжская"	TTK 1678-1/26	100,00	10,23	6,46	28,09	163,00
Теплый компот с грушей и корицей	TTK 1747/26	200,00	0,08	0,05	11,47	43,76
Сыр порционно	TTK 1694/26	12,00	1,90	2,75	13,34	96,90
Батон	TTK 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Блинчики с клубникой	TTK 1883/26	80,00	2,77	3,41	4,52	135,04
Рис запеченный	TTK 1664/26	200,00	1,59	3,95	23,00	134,72
<b>Итого:</b>		<b>732,00</b>	<b>22,50</b>	<b>21,93</b>	<b>105,34</b>	<b>705,77</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>732,00</b>	<b>22,50</b>	<b>21,93</b>	<b>105,34</b>	<b>705,77</b>

<b>6 День</b>						
<b>Дополнительное питание (завтрак)</b>						
Салат из свежей капусты с морковью	ТТК 1774-1/26	100,00	1,71	0,95	5,73	32,00
Запеканка картофельная с печенью	ТТК 1612-1/26	219,00	14,27	7,07	48,24	302,11
Сметана	ТТК 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Завитушка с корицей	ТТК 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Черный чай с имбирем	ТТК 1865/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
<b>Итого:</b>		<b>624,00</b>	<b>19,42</b>	<b>19,18</b>	<b>92,75</b>	<b>560,33</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>624,00</b>	<b>19,42</b>	<b>19,18</b>	<b>92,75</b>	<b>560,33</b>

<b>Среднедневное значение за 2 неделю</b>	684,33	19,91	20,58	87,00	602,78
---	--------	-------	-------	-------	--------

<b>Среднедневное значение за две недели</b>	671,75	19,36	19,46	86,11	571,73
---	--------	-------	-------	-------	--------

**Стоимость питания 198 руб. в день**

### **ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ОБЕД**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭП, ккал
<b>1 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Наггетсы из птицы	ТТК 1799/26	100,00	6,62	6,01	14,11	237,78
Сметана	ТТК 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Фрикадельки	ТТК 1904/26	20,00	4,20	3,38	0,16	47,82
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Щи из свежей капусты с картофелем	ТТК 1754-1/26/12	250,00	7,89	11,35	56,83	243,00
Напиток клюквенный	ТТК 2091/26	200,00	0,12	0,04	10,67	42,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Каша гречневая рассыпчатая	ТТК 1672/26	180,00	4,62	3,75	12,06	120,34
<b>Итого:</b>		<b>815,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,23</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>815,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>820,23</b>

<b>2 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Суп-лапша с перцем	ТТК 1764-1/26/12	250,00	11,22	14,44	28,95	365,00
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Плов из булгура с филе индейки	ТТК 2122/26	200,00	11,45	12,15	26,45	199,63

Компот из свежих яблок с ягодами	ТТК 1738-70/26	200,00	0,23	0,11	26,16	101,59
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	8,00	0,58	0,07	4,06	19,68
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
<b>Итого:</b>		<b>814,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,07</b>	<b>820,41</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>814,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,07</b>	<b>820,41</b>

<b>3 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Суп-пюре гороховый	ТТК 1763-1/26/12	250,00	9,40	15,72	27,66	198,00
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03		0,09	0,49
Рагу овощное из птицы	ТТК 1806-3/26	205,00	12,63	11,19	33,54	388,57
Компот из кураги	ТТК 1711-70/26	200,00	1,05	0,07	23,79	89,76
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Мандарин	ТТК 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69
<b>Итого:</b>		<b>811,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,71</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>811,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,71</b>

<b>4 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Винегрет "Осенний"	ТТК 1921-1/26	100,00	1,87	1,06	9,76	137,99
Свекольник	ТТК 1908-1/26/12	250,00	1,99	16,97	27,10	197,00
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Котлета "Пожарская"	ТТК 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
Каша гречневая с сыром	ТТК 1666/26	200,00	3,80	1,88	31,07	170,88
Чай с сахаром	ТТК 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	30,00	2,16	0,25	15,21	73,80
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
<b>Итого:</b>		<b>916,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,50</b>	<b>819,29</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>916,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,50</b>	<b>819,29</b>

<b>5 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Маффин творожный	ТТК 1887/26	60,00	2,88	11,16	26,16	216,60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Напиток "Облепиховый"	ТТК 1743/26	200,00	0,27	0,08	13,61	53,80
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	5,00	0,36	0,04	2,54	12,30
Рис припущеный	ТТК 1676/26	180,00	6,72	2,09	32,30	94,00
Рыба, запеченная с томатом	ТТК 1805/26	100,00	7,04	4,06	2,51	121,00
Рассольник "Ленинградский"	ТТК 1907-1/26/12	250,00	7,39	9,58	22,95	249,00
<b>Итого:</b>		<b>830,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,36</b>	<b>115,51</b>	<b>822,30</b>

<b>Итого за день:</b>	<b>830,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,36</b>	<b>115,51</b>	<b>822,30</b>
-----------------------	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

<b>6 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Суп "Шурпа"	TTK 1765-1/26/12	250,00	5,26	10,76	18,02	248,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Говядина отварная	TTK 1902/26	15,00	4,95	3,48	0,16	51,09
Котлета "Купеческая"	TTK 1536-1/26	100,00	10,19	9,57	1,15	153,41
Булгур с маслом	TTK 1667/26	200,00	2,40	3,03	47,93	160,00
Напиток из плодов шиповника	TTK 1707/26	200,00	0,68	0,28	24,28	92,52
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	16,00	1,15	0,13	8,11	39,36
<b>Итого:</b>		<b>817,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,18</b>	<b>820,47</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>817,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,18</b>	<b>820,47</b>

<b>Среднедневное значение за 1 неделя</b>	<b>833,83</b>	<b>27,00</b>	<b>27,56</b>	<b>115,21</b>	<b>820,40</b>
---	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

<b>2 Неделя</b>						
<b>1 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Маффин ванильный	TTK 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Сметана	TTK 1830/26	18,00	0,44	2,38	0,59	25,82
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Фрикадельки	TTK 1904/26	20,00	4,20	3,38	0,16	47,82
Котлета рыбная из трески	TTK 1793/26	100,00	9,00	6,50	15,00	137,50
Щи "Крестьянские"	TTK 1756-1/26/12	250,00	3,58	11,25	49,09	330,00
Напиток клюквенный с мандарином	TTK 2089/26	200,00	0,12	0,04	10,57	41,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Рис с куркумой	TTK 1675/26	180,00	3,69	0	2,50	26,00
<b>Итого:</b>		<b>874,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,27</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>874,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,27</b>

<b>2 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Суп харчо по-домашнему	TTK 1748-1/26/12	250,00	8,83	14,61	30,50	277,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Запеканка картофельная с мясом	TTK 1820-1/26	217,00	9,06	7,15	29,28	237,25
Компот из свежих яблок и груш	TTK 2123-70/26	200,00	0,15	0,13	12,35	51,20
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Слойка с яблоком	TTK 1892/26	75,00	5,40	2,65	21,92	126,52
<b>Итого:</b>		<b>808,00</b>	<b>27,02</b>	<b>27,61</b>	<b>115,31</b>	<b>821,35</b>

<b>Итого за день:</b>	<b>808,00</b>	<b>27,02</b>	<b>27,61</b>	<b>115,31</b>	<b>821,35</b>
-----------------------	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

<b>3 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Солянка "Праздничная"	TTK 1763-1/26/12	250,00	14,43	13,98	45,34	367,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	TTK 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Котлета "Сливочная"	TTK 2114/26	100,00	7,67	9,23	13,12	157,00
Каша перловая рассыпчатая	TTK 1673/26	200,00	1,00	2,22	12,60	88,78
Компот из чернослива	TTK 1734-70/26	200,00	0,55	0,16	24,22	94,61
Хлебцы "Докторские"	TTK 1870/26	40,00	3,28	1,04	18,52	96,56
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	27,00	1,94	0,23	13,69	66,42
<b>Итого:</b>		<b>828,00</b>	<b>29,14</b>	<b>28,18</b>	<b>127,91</b>	<b>885,20</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>828,00</b>	<b>29,14</b>	<b>28,18</b>	<b>127,91</b>	<b>885,20</b>

<b>4 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Борщ "Домашний"	TTK 1910-1/26/12	250,00	7,60	7,19	69,38	376,00
Зелень свежая	TTK 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Фрикадельки	TTK 1904/26	18,00	3,78	3,04	0,14	43,04
Сметана	TTK 1830/26	20,00	0,49	2,64	0,66	28,69
Ромштекс	TTK 1683/26	100,00	10,00	12,81	2,70	141,88
Макаронные изделия	TTK 1663/26	180,00	1,60	1,45	6,78	72,44
Компот клюквенный с курагой	TTK 2077/26	200,00	0,44	0,04	14,74	56,58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
<b>Итого:</b>		<b>814,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,32</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>814,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,32</b>

<b>5 День</b>						
<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Гренки из пшеничного хлеба	TTK 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Зелень свежая	TTK 1916/26	2,00	0,06	0,01	0,17	0,99
Суп-пюре из овощей	TTK 1761-1/26/12	250,00	0,82	7,00	33,35	193,00
Фрикадельки	TTK 1904/26	17,00	3,57	2,87	0,14	40,65
Сметана	TTK 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Котлета "Пожарская"	TTK 2125/26	100,00	14,62	7,05	7,61	127,53
Каша пшенная рассыпчатая	TTK 1668/26	180,00	3,97	8,20	38,91	276,19
Напиток "Мишутка"	TTK 1705/26	200,00	0,53	0,11	14,63	59,86
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	TTK 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
<b>Итого:</b>		<b>809,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,65</b>	<b>115,81</b>	<b>819,93</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>809,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,65</b>	<b>115,81</b>	<b>819,93</b>

<b>6 День</b>					
---------------	--	--	--	--	--

<b>Дополнительное питание (обед)</b>						
Гренки из пшеничного хлеба	ТТК 1874/26	10,00	0,72	0,08	5,07	24,60
Суп из овощей с фасолью	ТТК 1751-1/26/12	250,00	4,33	12,63	45,06	262,00
Зелень свежая	ТТК 1916/26	1,00	0,03	0	0,09	0,49
Сметана	ТТК 1830/26	22,00	0,54	2,90	0,72	31,55
Салат "Ветерок"	ТТК 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Каша гречневая с сыром	ТТК 1666/26	180,00	3,42	1,69	27,96	153,79
Компот из свежих груш	ТТК 1731-70/26	200,00	0,08	0,07	15,85	43,40
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	35,00	2,34	0,35	15,44	75,60
Голубцы "Ленивые"	ТТК 1688-1/26	100,00	14,71	1,01	1,23	132,87
<b>Итого:</b>		<b>898,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,60</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>898,00</b>	<b>27,00</b>	<b>27,60</b>	<b>115,00</b>	<b>819,60</b>

<b>Среднедневное значение за 2 неделя</b>	<b>838,50</b>	<b>27,36</b>	<b>27,71</b>	<b>117,34</b>	<b>830,78</b>
---	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

<b>Среднедневное значение за две недели</b>	<b>836,17</b>	<b>27,18</b>	<b>27,64</b>	<b>116,28</b>	<b>825,59</b>
---	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

**Стоимость питания 198 руб. в день**

Заместитель генерального директора

Т.А. Колотова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 0282143400ABB2D3B64B4D0099BF019386  
Владелец **Колотова Татьяна Александровна**  
Действителен с 25.03.2025 по 04.05.2026