

**Примерное 15-дневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
для учащихся 1-4 кл, а также учащихся 1-4 кл с категорией ОВЗ и дети-инвалиды
в общеобразовательных учреждениях г.Брянска
на период 2023-2024 учебного года**

Дата подписания « 28 » декабря 2023 г.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | |
| Завтрак (1-я смена) | Филе цыплёнка тушёное | 45/45 | 14,04 | 7,56 | 2,97 | 136,08 | ТТК №48 |
| | Макаронные изделия отварные | 170 | 6,29 | 5,61 | 33,49 | 209,10 | №256-2021г. |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,60 | №686-2004г. |
| | Зефир | 46 | 0,46 | 0,00 | 37,26 | 151,80 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>531</i> | <i>26,11</i> | <i>16,17</i> | <i>100,97</i> | <i>654,58</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/5 | 1,90 | 5,70 | 8,08 | 97,85 | №88-2015г. |
| | Котлета из свинины | 25 | 3,37 | 6,96 | 3,55 | 91,00 | №268-2015г. |
| | Рис отварной | 110 | 2,68 | 3,94 | 26,90 | 153,78 | №304-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>610</i> | <i>9,73</i> | <i>16,88</i> | <i>62,57</i> | <i>448,23</i> | |
| Обед (2-я смена) | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/5 | 1,90 | 5,70 | 8,08 | 97,85 | №88-2015г. |
| | Котлета из свинины | 90 | 12,13 | 25,04 | 12,76 | 327,60 | №268-2015г. |
| | Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г. |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,55 | 0,20 | 25,00 | 104,00 | №389-2015г. |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>745</i> | <i>22,41</i> | <i>37,30</i> | <i>106,89</i> | <i>863,55</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 10/3/25 | 4,34 | 5,88 | 13,54 | 126,20 | №3-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Зефир | 46 | 0,46 | 0,00 | 37,26 | 151,80 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>284</i> | <i>4,87</i> | <i>5,90</i> | <i>65,80</i> | <i>338,00</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 141</i> | <i>35,84</i> | <i>33,05</i> | <i>163,54</i> | <i>1 102,81</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 029</i> | <i>27,28</i> | <i>43,20</i> | <i>172,69</i> | <i>1 201,55</i> | |

| День 2 | | | | | | | |
|--|---|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Запеканка из творога с молоком сгущённым <i>или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с молоком сгущённым</i> | 120/30 | 23,20 | 18,54 | 36,82 | 406,80 | №223-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Фрукт свежий (яблоко) | 160 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 75,20 | №338-2015г |
| | <i>Итого за завтрак</i> | <i>530</i> | <i>25,51</i> | <i>19,80</i> | <i>78,30</i> | <i>598,00</i> | |
| | <i>543</i> | <i>19,16</i> | <i>16,57</i> | <i>89,26</i> | <i>587,98</i> | | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп картофельный | 200 | 1,87 | 2,26 | 13,50 | 91,20 | №97-2015г. |
| | Гуляш из свинины | 20/20 | 4,26 | 11,28 | 1,16 | 123,60 | №260-2015г. |
| | Каша рассыпчатая гречневая | 90 | 5,16 | 3,66 | 23,18 | 146,25 | №302-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | <i>550</i> | <i>13,08</i> | <i>17,47</i> | <i>61,88</i> | <i>466,65</i> | | |
| Обед (2-я смена) | Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,87 | 114,00 | №97-2015г. |
| | Гуляш из свинины | 45/45 | 9,58 | 25,37 | 2,60 | 278,10 | №260-2015г. |
| | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | №302-2015г. |
| | Напиток из варенья (ягода протёртая с сахаром) | 200 | 0,12 | 0,00 | 26,56 | 106,80 | №387-2015г. |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| | Фрукт свежий (яблоко) | 160 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 75,20 | №338-2015г |
| <i>Итого за обед</i> | <i>900</i> | <i>25,46</i> | <i>35,92</i> | <i>124,71</i> | <i>942,25</i> | | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Запеканка из творога с молоком сгущённым <i>или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с молоком сгущённым</i> | 60/15 | 11,60 | 9,27 | 18,41 | 203,40 | №223-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | <i>Итого за полдник</i> | <i>275</i> | <i>11,67</i> | <i>9,29</i> | <i>33,41</i> | <i>263,40</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 080</i> | <i>38,59</i> | <i>37,27</i> | <i>140,17</i> | <i>1 064,65</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 175</i> | <i>37,13</i> | <i>45,21</i> | <i>158,12</i> | <i>1 205,65</i> | |

| День 3 | | | | | | | |
|--|--|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Филе минтая запечённое | 90 | 15,84 | 5,58 | 3,42 | 127,80 | ТТК №16 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | №312-2015г. |
| | Напиток лимонный | 200 | 0,10 | 0,00 | 25,20 | 96,00 | №699-2004г. |
| | Вафля десертная | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 45 | 3,87 | 0,59 | 20,34 | 102,60 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>504</i> | <i>23,84</i> | <i>16,70</i> | <i>80,53</i> | <i>563,78</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 25 | 3,50 | 5,55 | 3,50 | 77,80 | ТТК №26 |
| | Макаронные изделия отварные | 90 | 3,33 | 2,97 | 17,73 | 110,70 | №256-2021г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>590</i> | <i>11,07</i> | <i>13,96</i> | <i>59,51</i> | <i>412,75</i> | |
| Обед (2-я смена) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 90 | 12,60 | 19,98 | 12,60 | 280,08 | ТТК №26 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,55 | 4,95 | 29,55 | 184,50 | №256-2021г. |
| | Напиток ягодный (из клубники) | 200 | 0,10 | 0,00 | 21,60 | 87,00 | ТТК №89 |
| | Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>735</i> | <i>24,05</i> | <i>30,86</i> | <i>97,39</i> | <i>769,23</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 15/5/30 | 5,92 | 8,95 | 16,27 | 171,60 | №3-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Пряник | 39 | 1,95 | 2,34 | 26,91 | 136,50 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>289</i> | <i>7,94</i> | <i>11,31</i> | <i>58,18</i> | <i>368,10</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 094</i> | <i>34,91</i> | <i>30,66</i> | <i>140,04</i> | <i>976,53</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 024</i> | <i>31,99</i> | <i>42,17</i> | <i>155,57</i> | <i>1 137,33</i> | |

| День 4 | | | | | | | |
|--|--|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Гуляш из свинины | 60/60 | 12,77 | 33,83 | 3,47 | 370,80 | №260-2015г. |
| | Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г. |
| | Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная) | 15 | 0,31 | 0,44 | 1,47 | 11,04 | №306-2015г. |
| | Напиток ягодный (из клубники) | 200 | 0,10 | 0,00 | 21,60 | 87,00 | ТТК №89 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>505</i> | <i>18,55</i> | <i>39,90</i> | <i>72,26</i> | <i>724,14</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| | Жаркое подомашнему (свинина) | 20/50 | 4,92 | 11,80 | 6,63 | 153,20 | №259-2015г. |
| | Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | №686-2004г. |
| | Печенье "Чайное" | 12 | 0,91 | 1,30 | 8,54 | 49,56 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>569</i> | <i>10,93</i> | <i>18,58</i> | <i>56,93</i> | <i>450,16</i> | |
| Обед (2-я смена) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| | Жаркое подомашнему (свинина) | 60/150 | 14,76 | 35,40 | 19,90 | 459,60 | №259-2015г. |
| | Компот из кураги | 200 | 0,78 | 0,05 | 27,63 | 114,80 | №348-2015г. |
| | Вафля | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПП |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>729</i> | <i>23,07</i> | <i>47,25</i> | <i>96,02</i> | <i>915,93</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 7/30 | 2,46 | 5,98 | 16,29 | 130,20 | №1-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Биойогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>362</i> | <i>6,28</i> | <i>9,12</i> | <i>50,42</i> | <i>310,20</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 074</i> | <i>29,47</i> | <i>58,48</i> | <i>129,19</i> | <i>1 174,30</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 091</i> | <i>29,35</i> | <i>56,37</i> | <i>146,43</i> | <i>1 226,13</i> | |

| День 5 | | | | | | | |
|--|--------------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Котлета "Школьная" из свинины | 90 | 12,24 | 25,92 | 14,94 | 342,00 | ТТК №104 |
| | Макаронны отварные с сыром | 140/7/8 | 7,20 | 8,03 | 29,85 | 220,92 | №204-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПП |
| | Биоогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>595</i> | <i>25,41</i> | <i>37,42</i> | <i>90,21</i> | <i>799,92</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 1,44 | 3,94 | 8,75 | 83,00 | №82-2015г. |
| | Плов "Школьный" из филе бедра цыплят | 20/50 | 7,00 | 7,05 | 12,25 | 140,35 | ТТК №20 |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 10 | 0,86 | 0,13 | 4,52 | 22,80 | ПП |
| <i>Итого на обед</i> | | <i>480</i> | <i>9,37</i> | <i>11,14</i> | <i>40,52</i> | <i>306,15</i> | |
| Обед (2-я смена) | Борщ со свежей капустой и картофелем | 250 | 1,80 | 4,92 | 10,93 | 103,75 | №82-2015г. |
| | Плов "Школьный" из филе бедра цыплят | 50/125 | 17,50 | 17,63 | 30,63 | 350,88 | ТТК №20 |
| | Кисель из варенья | 200 | 0,10 | 0,07 | 29,83 | 117,40 | №360-2015г. |
| | Пряник | 39 | 1,95 | 2,34 | 26,91 | 136,50 | ПП |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>714</i> | <i>25,54</i> | <i>25,95</i> | <i>122,66</i> | <i>832,93</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 15/5/30 | 5,92 | 8,95 | 16,24 | 171,60 | №3-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Вафля десертная | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>250</i> | <i>6,96</i> | <i>14,71</i> | <i>42,37</i> | <i>331,73</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 075</i> | <i>34,79</i> | <i>48,56</i> | <i>130,73</i> | <i>1 106,07</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>964</i> | <i>32,50</i> | <i>40,66</i> | <i>165,03</i> | <i>1 164,66</i> | |

| Неделя 2 | | | | | | | |
|--|--|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| День 1 | | | | | | | |
| Завтрак (1-я смена) | Бутерброд с сыром | 25/5/30 | 8,24 | 11,90 | 16,27 | 208,00 | №3-2015г. |
| | Каша вязкая молочная из пшённой крупы (или хлопья овсяные "Геркулес") с маслом сливочным | 200/5 | 8,16 | 6,97 | 40,03 | 256,00 | №173-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Груша свежая (порция) | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | №338-2015г |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>565</i> | <i>16,87</i> | <i>19,19</i> | <i>81,60</i> | <i>571,00</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,87 | 114,00 | №97-2015г. |
| | Котлета "Дальневосточная" из минтая и свинины | 30 | 3,56 | 4,96 | 5,04 | 79,08 | ТТК №25 |
| | Рис отварной | 100 | 2,43 | 3,58 | 24,46 | 139,80 | №304-2015г |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого на обед</i> | | <i>610</i> | <i>10,99</i> | <i>11,78</i> | <i>74,93</i> | <i>461,28</i> | |
| Обед (2-я смена) | Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,87 | 114,00 | №97-2015г. |
| | Котлета "Дальневосточная" из минтая и свинины | 90 | 10,68 | 14,88 | 15,12 | 237,24 | ТТК №25 |
| | Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г |
| | Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная) | 15 | 0,31 | 0,44 | 1,47 | 11,04 | №306-2015г. |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,55 | 0,20 | 25,00 | 104,00 | №389-2015г. |
| | Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>750</i> | <i>21,31</i> | <i>24,56</i> | <i>116,80</i> | <i>786,38</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 8/24 | 1,98 | 6,52 | 13,06 | 120,00 | №1-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Груша свежая (порция) | 70 | 0,28 | 0,21 | 7,21 | 32,90 | №338-2015г |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>269</i> | <i>2,33</i> | <i>6,75</i> | <i>35,27</i> | <i>212,90</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 175</i> | <i>27,86</i> | <i>30,97</i> | <i>156,52</i> | <i>1 032,28</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 019</i> | <i>23,65</i> | <i>31,31</i> | <i>152,08</i> | <i>999,28</i> | |

| День 2 | | | | | | | |
|--|--|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Котлета рубленая из бройлер-цыплят | 90 | 13,70 | 19,98 | 13,79 | 289,80 | №295-2015г. |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,66 | 5,94 | 35,46 | 221,40 | №256-2021г. |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,20 | №388-2015г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | 500 | 23,62 | 26,59 | 83,57 | 667,80 | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| | Филе минтая запечённое | 25 | 4,40 | 1,55 | 0,95 | 35,50 | ТТК №16 |
| | Пюре картофельное | 120 | 2,45 | 3,84 | 16,35 | 109,80 | №312-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | 625 | 11,89 | 10,88 | 58,86 | 390,70 | |
| Обед (2-я смена) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| | Филе минтая запечённое | 90 | 15,84 | 5,58 | 3,42 | 127,80 | ТТК №16 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | №312-2015г. |
| | Напиток из варенья (ягода протёртая с сахаром) | 200 | 0,12 | 0,00 | 26,56 | 106,80 | №387-2015г. |
| | Печенье "Молочное" | 20 | 1,42 | 3,02 | 13,54 | 87,00 | ПП |
| | Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | 755 | 26,61 | 19,32 | 98,61 | 686,25 | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 15/5/30 | 5,92 | 8,95 | 16,24 | 171,60 | №3-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Вафля | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | 310 | 6,96 | 14,71 | 42,37 | 331,73 | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | 1 125 | 35,50 | 37,47 | 142,42 | 1 058,50 | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | 1 065 | 33,57 | 34,03 | 140,98 | 1 017,98 | |

| День 3 | | | | | | | |
|--|---|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Бутерброд с сыром мягким "Рикотта" с шоколадом | 20/20 | 2,60 | 3,20 | 15,40 | 100,60 | ТТК №110 |
| | Салат из свеклы отварной* | 40 | 0,56 | 2,40 | 3,30 | 37,12 | №52-2015г. |
| | Плов "Школьный" из филе бедра цыплят | 50/125 | 17,50 | 17,63 | 30,63 | 350,88 | ТТК №20 |
| | Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | №686-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,44 | 0,52 | 18,08 | 91,20 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>502</i> | <i>24,23</i> | <i>23,77</i> | <i>82,61</i> | <i>641,80</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 2,06 | 6,42 | 11,29 | 119,95 | №82-2015г. |
| | Котлета из свинины | 25 | 3,37 | 6,96 | 3,55 | 91,00 | №268-2015г. |
| | Каша рассыпчатая гречневая | 100 | 5,73 | 4,06 | 25,76 | 162,50 | №302-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>615</i> | <i>13,81</i> | <i>17,85</i> | <i>69,16</i> | <i>501,85</i> | |
| Обед (2-я смена) | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 2,06 | 6,42 | 11,29 | 119,95 | №82-2015г. |
| | Котлета из свинины | 100 | 13,48 | 27,82 | 14,18 | 364,00 | №268-2015г. |
| | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | №302-2015г. |
| | Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) | 15 | 0,43 | 0,41 | 0,87 | 8,88 | №306-2015г. |
| | Напиток лимонный | 200 | 0,10 | 0,00 | 25,20 | 96,00 | №699-2004г. |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>775</i> | <i>28,85</i> | <i>41,73</i> | <i>114,54</i> | <i>956,98</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром мягким "Рикотта" с шоколадом | 15/25 | 2,70 | 2,70 | 17,00 | 103,00 | ТТК №110 |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Зефир | 46 | 0,46 | 0,00 | 37,26 | 151,80 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>286</i> | <i>3,23</i> | <i>2,72</i> | <i>69,26</i> | <i>314,80</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 117</i> | <i>38,05</i> | <i>41,62</i> | <i>151,77</i> | <i>1 143,65</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 061</i> | <i>32,08</i> | <i>44,45</i> | <i>183,80</i> | <i>1 271,78</i> | |

| День 4 | | | | | | | |
|--|--|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Запеканка из творога с молоком сгущённым | 120/30 | 23,20 | 18,54 | 36,82 | 406,80 | №223-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Батон | 25 | 2,00 | 0,75 | 13,50 | 70,00 | ПП |
| | Биоогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>500</i> | <i>29,02</i> | <i>22,44</i> | <i>84,44</i> | <i>656,80</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,54 | 148,25 | №102-2015г. |
| | Филе цыплёнка тушёное | 15/15 | 4,68 | 2,52 | 0,99 | 45,36 | ТТК №48 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 4,81 | 4,29 | 25,61 | 159,90 | №256-2021г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>640</i> | <i>17,63</i> | <i>12,49</i> | <i>71,70</i> | <i>481,91</i> | |
| Обед (2-я смена) | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,54 | 148,25 | №102-2015г. |
| | Филе цыплёнка тушёное | 45/45 | 14,04 | 7,56 | 2,97 | 136,08 | ТТК №48 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,55 | 4,95 | 29,55 | 184,50 | №256-2021г. |
| | Кисель из варенья | 200 | 0,10 | 0,07 | 29,83 | 117,40 | №360-2015г. |
| | Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| | Фрукт свежий (яблоко) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | №338-2015г. |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>855</i> | <i>29,44</i> | <i>19,17</i> | <i>112,31</i> | <i>753,03</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 7/30 | 2,46 | 5,98 | 16,29 | 130,20 | №1-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Биоогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>362</i> | <i>6,28</i> | <i>9,12</i> | <i>50,42</i> | <i>310,20</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 140</i> | <i>46,65</i> | <i>34,93</i> | <i>156,14</i> | <i>1 138,71</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 217</i> | <i>35,72</i> | <i>28,29</i> | <i>162,73</i> | <i>1 063,23</i> | |

| День 5 | | | | | | | |
|--|--|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Гуляш из свинины | 50/50 | 10,64 | 28,19 | 2,89 | 309,00 | №260-2015г. |
| | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | №302-2015г. |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,55 | 0,20 | 25,00 | 104,00 | №389-2015г. |
| | Бисквит "Солнышко" | 35 | 2,24 | 0,21 | 26,95 | 118,65 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 1,29 | 0,20 | 6,78 | 34,20 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>500</i> | <i>23,32</i> | <i>34,89</i> | <i>100,26</i> | <i>809,60</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 20 | 2,80 | 4,44 | 2,80 | 62,24 | ТТК №26 |
| | Рис отварной | 100 | 2,43 | 3,58 | 24,46 | 139,80 | №304-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>590</i> | <i>9,04</i> | <i>13,39</i> | <i>63,28</i> | <i>414,89</i> | |
| Обед (2-я смена) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 90 | 12,60 | 19,98 | 12,60 | 280,08 | ТТК №26 |
| | Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г. |
| | Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | №686-2004г. |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>747</i> | <i>22,58</i> | <i>31,45</i> | <i>100,82</i> | <i>783,43</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Сок фруктовый | 200 | 0,55 | 0,20 | 25,00 | 104,00 | №389-2015г. |
| | Бисквит "Солнышко" | 47 | 3,01 | 0,28 | 36,19 | 159,33 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>247</i> | <i>3,56</i> | <i>0,48</i> | <i>61,19</i> | <i>263,33</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 090</i> | <i>32,36</i> | <i>48,28</i> | <i>163,54</i> | <i>1 224,49</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>994</i> | <i>26,14</i> | <i>31,94</i> | <i>162,01</i> | <i>1 046,76</i> | |

| Неделя 3 | | | | | | | |
|--|---|-------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| День 1 | | | | | | | |
| Завтрак (1-я смена) | Омлет натуральный | 105 | 10,70 | 11,95 | 1,91 | 158,00 | №210-2015г. |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 5,92 | 5,28 | 31,52 | 196,80 | №256-2021г. |
| | Какао с молоком и витаминами | 200 | 3,90 | 3,10 | 25,60 | 145,00 | №502-2021г. |
| | Вафли десертные | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>504</i> | <i>23,21</i> | <i>26,33</i> | <i>79,20</i> | <i>645,53</i> | |
| Завтрак (1-я смена) 2-й вариант | Яйцо варёное | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | №209-2015г. |
| | Филе цыплёнка запечённое | 50 | 17,20 | 3,80 | 6,60 | 129,15 | ТТК №18 |
| | Макаронные изделия отварные | 190 | 7,03 | 6,27 | 37,43 | 233,70 | №256-2021г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПП |
| <i>Итого за завтрак (2-й вариант)</i> | | <i>500</i> | <i>31,10</i> | <i>14,95</i> | <i>68,35</i> | <i>531,45</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп картофельный | 200 | 1,87 | 2,26 | 13,50 | 91,20 | №97-2015г. |
| | Плов из свинины | 25/50 | 6,31 | 14,09 | 12,95 | 204,00 | №265-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>495</i> | <i>9,97</i> | <i>16,63</i> | <i>50,48</i> | <i>400,80</i> | |
| Обед (2-я смена) | Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,87 | 114,00 | №97-2015г. |
| | Плов из свинины | 60/120 | 15,14 | 33,80 | 31,07 | 489,60 | №265-2015г. |
| | Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная) | 20 | 0,41 | 0,58 | 1,96 | 14,72 | №306-2015г. |
| | Напиток лимонный | 200 | 0,10 | 0,00 | 25,20 | 96,00 | №699-2004г. |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>700</i> | <i>22,18</i> | <i>38,20</i> | <i>99,46</i> | <i>838,72</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 8/24 | 1,98 | 6,52 | 13,06 | 120,00 | №1-2015г. |
| | Какао с молоком и витаминами | 200 | 3,90 | 3,10 | 25,60 | 145,00 | №502-2021г. |
| | Вафля десертная | 19 | 0,97 | 5,74 | 11,13 | 100,13 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>251</i> | <i>6,85</i> | <i>15,36</i> | <i>49,80</i> | <i>365,13</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>999</i> | <i>33,18</i> | <i>42,96</i> | <i>129,69</i> | <i>1 046,33</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>951</i> | <i>29,03</i> | <i>53,56</i> | <i>149,25</i> | <i>1 203,85</i> | |

| День 2 | | | | | | | |
|--|--|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Котлета из свинины | 100 | 13,48 | 27,82 | 14,18 | 364,00 | №268-2015г. |
| | Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | №304-2015г. |
| | Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) | 30 | 0,87 | 0,82 | 1,74 | 17,76 | №306-2015г. |
| | Напиток ягодный (из клубники) | 200 | 0,10 | 0,00 | 21,60 | 87,00 | ТТК №89 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,72 | 0,26 | 9,04 | 45,60 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>500</i> | <i>19,82</i> | <i>34,27</i> | <i>83,24</i> | <i>724,06</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| | Филе минтая запечённое | 25 | 4,40 | 1,55 | 0,95 | 35,50 | ТТК №16 |
| | Пюре картофельное | 120 | 2,45 | 3,84 | 16,35 | 109,80 | №312-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>625</i> | <i>11,89</i> | <i>10,88</i> | <i>58,86</i> | <i>390,70</i> | |
| Обед (2-я смена) | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 | №111-2015г. |
| | Филе минтая запечённое | 90 | 15,84 | 5,58 | 3,42 | 127,80 | ТТК №16 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | №312-2015г. |
| | Напиток из варенья (ягода протёртая с сахаром) | 200 | 0,12 | 0,00 | 26,56 | 106,80 | №387-2015г. |
| | Печенье "Молочное" | 20 | 1,42 | 3,02 | 13,54 | 87,00 | ПП |
| | Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>755</i> | <i>26,61</i> | <i>19,32</i> | <i>98,61</i> | <i>686,25</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 10/3/25 | 4,34 | 5,88 | 13,54 | 126,20 | №3-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Зефир | 46 | 0,46 | 0,00 | 37,26 | 151,80 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>284</i> | <i>4,87</i> | <i>5,90</i> | <i>65,80</i> | <i>338,00</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 125</i> | <i>31,70</i> | <i>45,15</i> | <i>142,10</i> | <i>1 114,76</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 039</i> | <i>31,48</i> | <i>25,22</i> | <i>164,41</i> | <i>1 024,25</i> | |

| День 3 | | | | | | | |
|--|---|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Жаркое подомашнему (свинина) | 50/125 | 12,30 | 29,50 | 16,58 | 383,00 | №259-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПП |
| | Апельсин свежий (порция) | 120 | 1,08 | 0,24 | 9,72 | 51,60 | №338-2015г. |
| | <i>или фрукт свежий (мандарин)</i> | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | №338-2015г. |
| <i>Итого за завтрак</i> | | 520 | 15,60 | 30,09 | 52,60 | 551,60 | |
| | | 500 | 15,32 | 30,05 | 50,38 | 538,00 | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/4 | 1,52 | 4,56 | 6,47 | 78,28 | №88-2015г. |
| | Котлета рубленая из бройлер-цыплят | 25 | 3,81 | 5,55 | 3,83 | 80,50 | №295-2015г. |
| | Макаронные изделия отварные | 100 | 3,70 | 3,30 | 19,70 | 123,00 | №256-2021г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | 554 | 11,24 | 13,76 | 56,30 | 398,78 | |
| Обед (2-я смена) | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/5 | 1,90 | 5,70 | 8,08 | 97,85 | №88-2015г. |
| | Котлета рубленая из бройлер-цыплят | 90 | 13,70 | 19,98 | 13,79 | 289,80 | №295-2015г. |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,55 | 4,95 | 29,55 | 184,50 | №256-2021г. |
| | Чай с лимоном | 200/15/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | №686-2004г. |
| | Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | 747 | 25,05 | 31,49 | 88,28 | 744,55 | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Пряник | 39 | 1,95 | 2,34 | 26,91 | 136,50 | ПП |
| | Апельсин свежий (порция) | 120 | 1,08 | 0,24 | 9,72 | 51,60 | №338-2015г. |
| | <i>или фрукт свежий (мандарин)</i> | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | №338-2015г. |
| <i>Итого за полдник</i> | | 359 | 3,10 | 2,60 | 51,63 | 248,10 | |
| | | 339 | 2,82 | 2,56 | 49,41 | 234,50 | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | 1 074 | 26,84 | 43,84 | 108,90 | 950,38 | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | 1 106 | 28,15 | 34,09 | 139,91 | 992,65 | |

| День 4 | | | | | | | |
|--|--|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины) | 90 | 12,60 | 19,98 | 12,60 | 280,08 | ТТК №26 |
| | Капуста тушёная свежая | 150 | 3,10 | 4,86 | 14,14 | 112,65 | №321-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Бисквит "Солнышко" | 30 | 1,92 | 0,18 | 23,10 | 101,70 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>500</i> | <i>20,27</i> | <i>25,43</i> | <i>78,40</i> | <i>622,83</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| | Гуляш из свинины | 15/15 | 3,19 | 8,46 | 0,87 | 92,70 | №260-2015г. |
| | Каша рассыпчатая гречневая | 110 | 6,31 | 4,47 | 28,34 | 178,75 | №302-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,15 | 0,33 | 11,30 | 57,00 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>615</i> | <i>13,73</i> | <i>18,36</i> | <i>67,48</i> | <i>495,70</i> | |
| Обед (2-я смена) | Рассольник ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | №96-2015г. |
| | Гуляш из свинины | 45/45 | 9,58 | 25,37 | 2,60 | 278,10 | №260-2015г. |
| | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | №302-2015г. |
| | Напиток ягодный (из клубники) | 200 | 0,10 | 0,00 | 21,60 | 87,00 | ТТК №89 |
| | Батон | 15 | 1,20 | 0,45 | 8,10 | 42,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| | Фрукт свежий (яблоко) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | №338-2015г. |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>855</i> | <i>24,55</i> | <i>37,87</i> | <i>108,24</i> | <i>882,90</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с маслом | 7/30 | 2,46 | 5,98 | 16,29 | 130,20 | №1-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Биоогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>362</i> | <i>6,28</i> | <i>9,12</i> | <i>50,42</i> | <i>310,20</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 115</i> | <i>34,00</i> | <i>43,79</i> | <i>145,88</i> | <i>1 118,53</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 217</i> | <i>30,83</i> | <i>46,99</i> | <i>158,66</i> | <i>1 193,10</i> | |

| День 5 | | | | | | | |
|--|--|---------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------|-------------|
| Завтрак (1-я смена) | Плов из свинины | 60/120 | 15,14 | 33,80 | 31,07 | 489,60 | №265-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Печенье "Молочное" | 10 | 0,71 | 1,51 | 6,77 | 43,50 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 1,29 | 0,20 | 6,78 | 34,20 | ПП |
| | Биоогурт питьевой "Славянский" | 125 | 3,75 | 3,13 | 19,13 | 120,00 | ПП |
| <i>Итого за завтрак</i> | | <i>530</i> | <i>20,96</i> | <i>38,65</i> | <i>78,74</i> | <i>747,30</i> | |
| Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 1,93 | 5,67 | 11,11 | 111,85 | №82-2015г. |
| | Биточки рыбные "по-домашнему" из минтая | 30 | 3,76 | 2,28 | 4,48 | 53,60 | ТТК №22 |
| | Картофель тушёный по-домашнему | 100 | 1,70 | 3,50 | 12,80 | 89,40 | ТТК №13 |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| | | <i>615</i> | <i>10,04</i> | <i>11,86</i> | <i>56,95</i> | <i>383,25</i> | |
| Обед (2-я смена) | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 1,93 | 5,67 | 11,11 | 111,85 | №82-2015г. |
| | Биточки рыбные "по-домашнему" из минтая | 90 | 11,28 | 6,84 | 13,44 | 160,80 | ТТК №22 |
| | Картофель тушёный по-домашнему | 150 | 2,55 | 5,25 | 19,20 | 134,10 | ТТК №13 |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,20 | №388-2015г. |
| | Бисквит "Солнышко" | 35 | 2,24 | 0,21 | 26,95 | 118,65 | ПП |
| | Батон | 20 | 1,60 | 0,60 | 10,80 | 56,00 | ПП |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,58 | 0,39 | 13,56 | 68,40 | ПП |
| <i>Итого за обед</i> | | <i>780</i> | <i>22,86</i> | <i>19,24</i> | <i>115,82</i> | <i>738,00</i> | |
| Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) | Бутерброд с сыром | 15/5/30 | 5,92 | 8,95 | 16,27 | 171,60 | №3-2015г. |
| | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | №685-2004г. |
| | Пряник | 39 | 1,95 | 2,34 | 26,91 | 136,50 | ПП |
| <i>Итого за полдник</i> | | <i>269</i> | <i>7,94</i> | <i>11,31</i> | <i>58,18</i> | <i>368,10</i> | |
| <i>Итого за день (1-я смена)</i> | | <i>1 145</i> | <i>31,01</i> | <i>50,51</i> | <i>135,70</i> | <i>1 130,55</i> | |
| <i>Итого за день (2-я смена)</i> | | <i>1 049</i> | <i>30,80</i> | <i>30,55</i> | <i>174,00</i> | <i>1 106,10</i> | |
| Среднее значение за период (1-я смена) | | 1 105 | 34,05 | 41,84 | 142,42 | 1 092,17 | |
| Среднее значение за период (2-я смена) | | 1 067 | 30,65 | 39,20 | 159,04 | 1 123,62 | |

*для исполнения норм Методических рекомендаций к организации общественного питания населения п.7.2.13 МР 2.3.6.0233-21 в общеобразовательных организациях с 1 марта приготовление салатов и холодных закусок из сырых овощей допускается только из овощей нового урожая; овощи прошлогоднего урожая могут использоваться после прохождения тепловой обработки.

Составлено на основании:

- Единого сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я.Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.;
- Сборника технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015. – 544 с.;
- Химический состав и калорийность российских пищевых продуктов: Справочник / В. А. Тутельян. – М.: ДеЛи плюс, 2012. – 284 с.;
- Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюда и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной. – М.: «Хлебпродинформ», 2004. – 640 с.;
- Техничко-технологических карт на разработанные блюд.