

**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 72,08 руб.  
(завтрак)**

Категории:

- Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования, не отнесённые к отдельным категориям.

| № рец.   | Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции, г. | Пищевые вещества, г. |              |              | Энергет. ценность (ккал) |
|--|--|------------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------|
|  |  |                  | Б                    | Ж            | У            |                          |
| 1  | 2  | 3                | 4                    | 5            | 6            | 7                        |
| <b>ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |                  | <b>16,41</b>         | <b>19,87</b> | <b>99,29</b> | <b>665,00</b>            |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>                                     |                  | <b>16,41</b>         | <b>19,87</b> | <b>99,29</b> | <b>665,00</b>            |
| 15/17  | Сыр (порциями)                                     | 10               | 2,60                 | 2,65         | 0,35         | 36,24                    |
| 14/17  | Масло сливочное (порциями)                         | 5                | 0,05                 | 3,63         | 0,07         | 33,11                    |
| 182/17   | Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным | 205              | 6,81                 | 10,45        | 29,51        | 246,60                   |
|  | Пряник   | 40               | 1,92                 | 1,12         | 31,08        | 148,68                   |
| 414/16   | Кофейный напиток с молоком                         | 200              | 1,99                 | 1,70         | 18,60        | 102,03                   |
|  | Хлеб пшеничный                                     | 40               | 3,04                 | 0,32         | 19,68        | 98,34                    |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>500</b>       |                      |              |              |                          |
| <b>ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |                  | <b>12,62</b>         | <b>16,91</b> | <b>71,04</b> | <b>503,65</b>            |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>                                     |                  | <b>12,62</b>         | <b>16,91</b> | <b>71,04</b> | <b>503,65</b>            |
| ТТК 370  | Голубцы ленивые                                    | 115              | 6,32                 | 8,79         | 19,37        | 187,01                   |
| 312/17   | Пюре картофельное                                  | 150              | 3,26                 | 7,80         | 21,99        | 176,30                   |
| 411/16   | Чай с сахаром                                      | 200              | 0,00                 | 0,00         | 10,00        | 42,00                    |
|  | Хлеб пшеничный                                     | 40               | 3,04                 | 0,32         | 19,68        | 98,34                    |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>505</b>       |                      |              |              |                          |
| <b>ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |                  | <b>19,03</b>         | <b>6,46</b>  | <b>83,52</b> | <b>489,34</b>            |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>                                     |                  | <b>19,03</b>         | <b>6,46</b>  | <b>83,52</b> | <b>489,34</b>            |
| 54-283/23  | Свекла отварная дольками                           | 60               | 0,90                 | 0,06         | 5,28         | 27,00                    |
| ТТК 269  | Жаркое "Пикантное"                                 | 200              | 14,09                | 5,98         | 27,56        | 229,00                   |
| 394/16   | Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)           | 200              | 1,00                 | 0,10         | 31,00        | 135,00                   |
|  | Хлеб пшеничный                                     | 40               | 3,04                 | 0,32         | 19,68        | 98,34                    |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>500</b>       |                      |              |              |                          |
| <b>ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |                  | <b>21,17</b>         | <b>17,48</b> | <b>82,38</b> | <b>592,27</b>            |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>                                     |                  | <b>21,17</b>         | <b>17,48</b> | <b>82,38</b> | <b>592,27</b>            |
|  | Яблоко   | 100              | 0,40                 | 0,00         | 9,80         | 42,84                    |
| 291/17   | Плов из филе птицы                                 | 200              | 17,73                | 17,16        | 42,90        | 409,09                   |
| 411/16   | Чай с сахаром                                      | 200              | 0,00                 | 0,00         | 10,00        | 42,00                    |
|  | Хлеб пшеничный                                     | 40               | 3,04                 | 0,32         | 19,68        | 98,34                    |
| <b>Итого:</b>  |  | <b>540</b>       |                      |              |              |                          |
| <b>ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |                  | <b>15,20</b>         | <b>15,11</b> | <b>79,06</b> | <b>532,43</b>            |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>                                     |                  | <b>15,20</b>         | <b>15,11</b> | <b>79,06</b> | <b>532,43</b>            |

|   |  |            |              |              |              |               |
|---|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 298   | "Чикенболлы" в соусе                                   | 105        | 6,14         | 11,91        | 10,92        | 178,84        |
| 309/17  | Макаронные изделия отварные                            | 150        | 5,64         | 2,84         | 36,00        | 201,00        |
| 411/16  | Чай с сахаром  | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00        | 42,00         |
|   | Хлеб пшеничный   | 45         | 3,42         | 0,36         | 22,14        | 110,59        |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>500</b> |              |              |              |               |
| <b>ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>  |  |            | <b>11,64</b> | <b>10,52</b> | <b>89,50</b> | <b>519,50</b> |
|   | <b>ЗАВТРАК</b>   |            | <b>11,64</b> | <b>10,52</b> | <b>89,50</b> | <b>519,50</b> |
|   | Яблоко   | 100        | 0,40         | 0,00         | 9,80         | 42,84         |
| 182/17  | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным | 203        | 8,20         | 10,20        | 50,02        | 336,32        |
| 411/16  | Чай с сахаром  | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00        | 42,00         |
|   | Хлеб пшеничный   | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68        | 98,34         |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>543</b> |              |              |              |               |
| <b>ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>  |  |            | <b>20,17</b> | <b>13,51</b> | <b>95,15</b> | <b>606,52</b> |
|   | <b>ЗАВТРАК</b>   |            | <b>20,17</b> | <b>13,51</b> | <b>95,15</b> | <b>606,52</b> |
| ТТК 243   | Биточки "Чикенфиш"                                     | 90         | 11,81        | 8,11         | 4,87         | 143,05        |
| 304/17  | Рис отварной   | 150        | 3,81         | 2,72         | 40,00        | 208,48        |
|   | Печенье  | 20         | 1,50         | 2,36         | 14,98        | 91,00         |
| ТТК 323   | Напиток каркаде с сахаром                              | 200        | 0,01         |              | 15,62        | 65,65         |
|   | Хлеб пшеничный   | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68        | 98,34         |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>500</b> |              |              |              |               |
| <b>ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>  |  |            | <b>17,76</b> | <b>14,36</b> | <b>71,48</b> | <b>504,64</b> |
|   | <b>ЗАВТРАК</b>   |            | <b>17,76</b> | <b>14,36</b> | <b>71,48</b> | <b>504,64</b> |
| ТТК 369   | Митболы "Ориджинал" с красным соусом                   | 110        | 9,08         | 11,20        | 5,80         | 163,30        |
| 309/17  | Макаронные изделия отварные                            | 150        | 5,64         | 2,84         | 36,00        | 201,00        |
| 411/16  | Чай с сахаром  | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00        | 42,00         |
|   | Хлеб пшеничный   | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68        | 98,34         |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>500</b> |              |              |              |               |
| <b>ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>  |  |            | <b>28,65</b> | <b>11,99</b> | <b>73,56</b> | <b>537,27</b> |
|   | <b>ЗАВТРАК</b>   |            | <b>28,65</b> | <b>11,99</b> | <b>73,56</b> | <b>537,27</b> |
|   | Яйцо вареное   | 40         | 5,08         | 4,60         | 0,28         | 63,91         |
| 223/17  | Запеканка из творога с джемом                          | 120        | 18,98        | 7,07         | 31,77        | 276,78        |
|   | Яблоко   | 100        | 0,40         | 0,00         | 9,80         | 42,84         |
| 394/16  | Компот из смеси сухофруктов                            | 200        | 1,15         |              | 12,03        | 55,40         |
|   | Хлеб пшеничный   | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68        | 98,34         |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>500</b> |              |              |              |               |
| <b>ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |            | <b>24,86</b> | <b>13,04</b> | <b>74,82</b> | <b>536,82</b> |
|   | <b>ЗАВТРАК</b>   |            | <b>24,86</b> | <b>13,04</b> | <b>74,82</b> | <b>536,82</b> |
| 110/06  | Рыба, запеченная в омлете                              | 100        | 17,83        | 7,99         | 4,25         | 165,00        |
| 304/17  | Рис отварной   | 150        | 3,81         | 2,72         | 40,00        | 208,48        |
| 238/06  | Соус томатный  | 20         | 0,18         | 2,01         | 0,89         | 23,00         |
| 411/16  | Чай с сахаром  | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00        | 42,00         |
|   | Хлеб пшеничный   | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68        | 98,34         |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>510</b> |              |              |              |               |