

Понедельник (26.05.2025)

№	Наименование блюда	№ тех.карты	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Калорийность (ккал)
	ЗАВТРАК			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	Каша пшенная молочная	258	200	8,72	12,86	37,12	299	200	8,72	12,86	37,12	299
2	Чай с лимоном и сахаром	54-3гн-2020	200	0,2	0	6,6	27,2	200	0,2	0	6,6	27,2
3	Яблоко	112	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47
4	Бутерброд с сыром	90	50	6,7	9,5	9,9	153	50	6,7	9,5	9,9	153
5	Зефир	Пром.	60	0,5	0,2	39,9	162	60	0,5	0,2	39,9	162
	Итого		610	16,52	22,96	103,32	688,2	610	16,52	22,96	103,32	688,2
	Обед											
1	Салат из св.ранней капусты с огурцами	22	80	0,49	7,14	2,45	77	100	0,56	8,16	2,8	88
2	Суп с крупой	155	200	1,6	5,02	17	119,8	200	1,6	5,02	17	119,8
3	Плов из отварной птицы	406	240	18,29	18,17	43,31	410,28	280	21,28	21,15	50,41	477,5
4	Компот из свежих яблок вит.	507	200	0,5	0,2	23,1	96	200	0,5	0,2	23,1	96
5	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
6	Хлеб ржаной	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		780	25,18	31,83	113,16	840,28	840	28,24	35,83	120,61	918,5
	Полдник											
1	Кондит-ое изделие пирожное песочно-фруктовое	Пром.	80	7,36	23,36	43,76	397,6	80	7,36	23,36	43,76	397,6
2	Сок фруктовый 0,2л	518	200	0,5	0,1	15,2	61	200	0,5	0,1	15,2	61
	Итого		280	7,86	23,46	58,96	458,6	280	7,86	23,46	58,96	458,6
	Всего за день		1670	49,56	78,25	275,44	1987,08	1730	52,62	82,25	282,89	2065,3

Вторник (27.05.2025)

№	Наименование блюда	№ тех.карты	Масса порции 7-11лет	Пищевые вещества			Калорийность (ккал)	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Калорийность ккал
	Завтрак			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	Огурец свежий в нарезке	54-2з-2020	60	0,5	0,1	1,5	8,5	80	0,66	0,13	2	11,3
2	Макароны отварные	54-1г-2020	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
3	Биточек говяжий	392	90	8,8	8,24	16,24	144	90	8,8	8,24	16,24	144
4	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
5	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0,2	0	6,4	26,8	200	0,2	0	6,4	26,8
6	Груша	112	100	0,4	0,3	10,3	47	100	0,4	0,3	10,3	47
	Итого		630	17,5	14,44	82,64	501,6	680	18,76	15,47	89,74	543,8
	Обед											
1	Салат из св. помидоров	21	80	1,06	10,8	3,9	116,3	100	1,3	13,5	4,9	145,4
2	Щи из свежей капусты с картофелем	54-1с-2020	200	4,7	5,6	5,7	92,2	200	4,7	5,6	5,7	92,2
3	Зразы рыбные	334	100	13,59	1,41	5,54	89,71	100	13,59	1,41	5,54	89,71
4	Картофельное пюре	429	150	3,15	6,6	16,35	138	180	3,78	7,92	19,62	165,6
5	Компот из св. груш вит.	54-32хн-2020	200	0,2	0,1	9,9	41,6	200	0,2	0,1	9,9	41,6
6	Хлеб ржаной	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
7	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
	Итого		790	27	25,81	68,69	615,01	840	27,87	29,83	72,96	671,71
	Полдник											
1	Кондитерское изделие "Ореховое кольцо"	Пром.	80	7,36	23,36	43,76	397,6	80	7,36	23,36	43,76	397,6
2	Напиток из шиповника	519	200	0,7	0,3	22,8	97	200	0,7	0,3	22,8	97
	Итого		280	8,06	23,66	66,56	494,6	280	8,06	23,66	66,56	494,6
	Всего за день		1700	52,56	63,91	217,89	1611,21	1800	54,69	68,96	229,26	1710,11

Среда (28.05.2025)

№	Наименование блюда	№ тех.карты	Масса порции 7-11лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)	Масса порции 12-18лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)
	ЗАВТРАК			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	Запеканка из творога	94	170	29,7	1,7	21,6	301,3	200	39,6	14,3	28,8	401,7
2	Чай с лимоном и сахаром	54-3гн-2020	200	0,2	0	6,6	27,2	200	0,2	0	6,6	27,2
3	Молоко сгущенное с сахаром	54-4соус-2020	30	1,6	1,9	13,5	70,4	30	1,6	1,9	13,5	70,4
4	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
5	Яблоко	112	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47
6	Пастила ванильная	Пром.	40	0,3	0	25	98	40	0,3	0	25	98
	Итого		570	34,5	4,9	91,9	622,4	600	44,4	17,5	99,1	722,8
	Обед											
1	Салат из свежих овощей	54-5з-2020	80	0,88	4,1	2,5	49,9	100	1,1	5,1	3,1	62,4
2	Суп "Харчо"	142	200	6,92	7,85	24,2	196	200	6,92	7,85	24,2	196
3	Гуляш из говядины	367	120	20,6	22	4,2	297	120	20,6	22	4,2	297
4	Каша гречневая рассыпчатая	237	150	7,8	17,1	34,5	323	180	9,36	20,52	41,4	387,6
5	Компот из кураги вит.	508	200	0,56	0	28	113	200	0,56	0	28	113
6	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
7	Хлеб ржаной	110	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		810	41,06	52,35	120,7	1116,1	860	42,84	56,77	128,2	1193,2
	Полдник											
1	Пирожки печеные с повидлом	542	120	6	5,3	61	316,7	120	6	5,3	61	316,7
2	Кисло-мол. продукт "Снежок"	516	200	5,8	5	8	100	200	5,8	5	8	100
	Итого		320	11,8	10,3	69	416,7	320	11,8	10,3	69	416,7
	Всего за день		1700	87,36	67,55	281,6	2155,2	1780	99,04	84,57	296,3	2332,7

Четверг (29.05.2025)

№	Наименование блюда	№ тех.карты	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК											
1	Каша молочная" Дружба"	54-16к-2020	220	5,5	6,5	26,4	185,8	220	5,5	6,5	26,4	185,8
2	Бутерброд с сыром	90	50	6,7	9,5	9,9	153	50	6,7	9,5	9,9	153
3	Чай с сахаром	493	200	0,1	0	15,2	61	200	0,1	0	15,2	61
4	Банан	112	120	1,8	0,66	25,2	115,2	120	1,8	0,66	25,2	115,2
	Итого		790	14,3	16,66	83,3	542,2	790	14,3	16,66	83,3	542,2
	Обед											
1	Огурец свежий в нарезке	54-2з-2020	60	0,5	0,1	1,5	8,5	80	0,66	0,13	2	11,3
2	Суп гороховый	54-25с-2020	200	6,5	2,8	14,9	110,9	200	6,5	2,8	14,9	110,9
3	Биточек куриный	411	100	17,2	17,4	7,4	253,2	100	17,2	17,4	7,4	253,2
4	Макароны отварные	54-1г-2020	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
5	Компот из св. яблок витамин.	508	200	0,56	0	28	113	200	0,56	0	28	113
6	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
7	Хлеб ржаной	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		770	33,8	26,5	111,9	819,6	820	35,62	27,53	119	861,8
	Полдник											
1	Кекс с изюмом 0,08 (упак.)	Пром.	75	4,8	14	46,3	306	75	4,8	14	46,3	306
2	Сок фруктовый 0,2л	518	200	0,5	0,1	15,2	61	200	0,5	0,1	15,2	61
	Итого		275	5,3	14,1	61,5	367	275	5,3	14,1	61,5	367
	Всего за день		1835	53,4	57,26	256,7	1728,8	1885	55,22	58,29	263,8	1771

Пятница (30.05.2025)

№	Наименование блюда	№ тех.карты	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Калорийность (ккал)
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК												
1	Салат из свежих помидоров	22	60	0,6	6,12	2,1	22,1	80	0,8	8,16	2,8	29,5
2	Омлет натуральный	54-1о-2020	160	13,5	19,2	3,5	240,5	180	15,2	21,6	4	270,5
3	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0,2	0	6,4	26,8	200	0,2	0	6,4	26,8
4	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
5	Апельсин	82	100	0,9	0,2	8,1	49,2	100	0,9	0,2	8,1	49,2
	Итого		550	17,5	26,42	35,5	417,1	590	19,4	30,86	36,7	454,5
Обед												
1	Салат из свеклы с чесноком	59	80	1,32	8,8	7,8	104,8	100	1,5	10,1	8,5	131
2	Суп с крупой	155	200	1,6	5,02	17	119,8	200	1,6	5,02	17	119,8
3	Жаркое по- домашнему с мясом кур	369	240	26	23,2	16,6	379	280	27,2	26,2	18,4	442
4	Компот из апельсинов с яблоками	510	200	0,5	0,2	22,2	93	200	0,5	0,2	22,2	93
5	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
6	Хлеб ржано-пшеничный	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		780	33,72	38,52	90,9	833,8	840	35,1	42,82	93,4	923
Полдник												
1	Кондитерское изделие"ореховое кольцо"	Пром.	80	7,36	23,36	43,76	397,6	80	7,36	23,36	43,76	397,6
2	Шоколадный батончик с помадно-сливочной начинкой (47г)	Пром.	47	3,3	14,8	20,1	229,6	41	3,3	14,8	20,1	229,6
3	Сок фруктовый 0,2л	518	200	0,5	0,1	15,2	61	200	0,5	0,1	15,2	61
	Итого		327	11,16	38,26	79,06	688,2	321	11,16	38,26	79,06	688,2
	Всего за день		1657	62,38	103,2	205,46	1939,1	1751	65,66	111,94	209,16	2065,7

Понедельник (02.06.2025)

№	Наименование	№ тех.карты	Масса порции 7- 11 лет	Пищевые вещества			Калорий ность(кк ал)	Масса порции 11-18 лет	Пищевые вещества			Калорий ность(кк ал)
	ЗАВТРАК			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	Каша молочная гречневая	248	200	9,16	12,88	32,6	283	200	9,16	12,88	32,6	283
2	Чай с лимоном	494	200	0,1	0	15,6	61	200	0,1	0	15,6	61
3	Бутерброд с сыром	90	50	6,7	9,5	9,9	153	50	6,7	9,5	9,9	153
4	Мармелад фруктово-ягодный формовой	Пром.	30	0,5	2,8	19,3	103,7	30	0,5	2,8	19,3	103,7
5	Яблоко	112	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого		580	16,86	25,58	87,2	647,7	580	16,86	25,58	87,2	647,7
	Обед											
1	Салат из св.ранней капусты с огурцами	22	80	0,49	7,14	2,45	77	100	0,56	8,16	2,8	88
2	Суп с картофельный с мясными фрикадельками	146	200	2	2,95	12,2	92,1	200	2	2,95	12,2	92,1
3	Плов из отварной говядины	406	240	18,29	18,17	43,31	410,28	280	21,28	21,15	50,41	477,5
4	Компот из св. яблок витамин.	508	200	0,56	0	28	113	200	0,56	0	28	113
5	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
6	Хлеб ржаной	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		780	25,08	29,56	113,26	829,58	840	28,7	33,56	120,71	907,8
	Полдник											
1	Кондитерское изделие "Ореховое кольцо"	Пром.	80	7,36	23,36	43,76	397,6	80	7,36	23,36	43,76	397,6
2	Сок фруктовый 0,2л	518	200	0,5	0,1	15,2	61	200	0,5	0,1	15,2	61
	Итого		280	7,86	23,46	58,96	458,6	280	7,86	23,46	58,96	458,6
	Всего за день		1640	49,8	78,6	259,42	1935,88	1700	53,42	82,6	266,87	2014,1

Вторник(03.06.2025)

№	Наименование блюда	№ тех.карты	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)	Масса порции 11-18 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)
	ЗАВТРАК			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	Салат из свежих огурцов с зеленью	22	60	0,6	6,12	2,1	66	60	0,6	6,12	2,1	66
2	Биточек куриный	412	90	13,5	9,6	8,36	169,7	90	13,5	9,6	8,36	169,7
3	Макароны отварные	54-1г-2020	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0,1	0	15,2	61	200	0,1	0	15,2	61
5	Яблоко	82	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47
6	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	5,4	78,5	30	2,3	0,9	5,4	78,5
	Итого		530	21,8	21,52	63,86	572	560	22,9	22,52	70,46	611,4
	Обед											
1	Помидор в нарезке	106	80	0,88	0,16	3	19,2	100	1,1	0,2	3,8	24
2	Щи из свежей капусты с картофелем	54-1с-2020	200	4,7	5,6	5,7	92,2	200	4,7	5,6	5,7	92,2
3	Жаркое по-домашнему с мясом кур	369	240	26	23,2	16,6	379	280	27,2	26,2	18,4	442
4	Компот из кураги витамин.	508	200	0,56	0	28	113	200	0,56	0	28	113
5	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	5,4	78,5	30	2,3	0,9	5,4	78,5
6	Хлеб ржано-пшеничный	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		780	36,44	30,26	70,6	740,6	840	37,86	33,3	73,2	808,4
	Полдник											
1	Кондит-ое изделие пирожное песочно-фруктовое		80	7,36	23,36	43,76	397,6	80	7,36	23,36	43,76	397,6
2	Сок фруктовый 0,2л	518	200	0,5	0,1	15,2	61	200	0,5	0,1	15,2	61
	Итого		280	7,86	23,46	58,96	458,6	280	7,86	23,46	58,96	458,6
	Всего за день			66,1	75,24	193,42	1771,2		68,62	79,28	202,62	1878,4

Среда (04.06.2025)

№	Наименование	№ тех.карты	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК												
1	Запеканка из творога	94	150	29,7	1,7	21,6	301,3	200	39,6	14,3	28,8	401,7
2	Напиток из шиповника	519	200	0,7	0,3	22,8	97	200	0,7	0,3	22,8	97
3	Молоко сгущенное с сахаром	54-4соус-2020	30	1,6	1,9	13,5	70,4	30	1,6	1,9	13,5	70,4
4	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
5	Банан	112	120	1,8	0,66	25,2	115,2	120	1,8	0,66	25,2	115,2
	Итого		530	36,1	5,46	98,5	662,4	580	46	18,06	105,7	762,8
Обед												
1	Салат из свеклы с чесноком	59	80	1,32	8,8	7,8	104,8	100	1,5	10,1	8,5	131
2	Суп гороховый	54-25с-2020	200	6,5	2,8	14,9	110,9	200	6,5	2,8	14,9	110,9
3	Котлета говяжья	381	90	14,3	14	11,8	230	100	18	17,9	14,3	286
4	Каша гречневая рассыпчатая	237	150	8,55	7,8	37	253,05	180	9,36	20,52	41,4	387,6
5	Компот из св. груш вит.	54-32хн-2020	200	0,2	0,1	9,9	41,6	200	0,2	0,1	9,9	41,6
6	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
7	Хлеб ржаной	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		780	35,17	34,8	108,7	877,55	840	39,86	52,72	116,3	1094,3
Полдник												
1	Булочка"Веснушка"	59	120	9,4	7,4	68,4	308	120	9,4	7,4	68,4	308
2	Кисломолочный напиток "Снежок"	516	200	5,8	5	8	100	200	5,8	5	8	100
	Итого		320	15,2	12,4	76,4	408	320	15,2	12,4	76,4	408
	Всего за день		1630	86,47	52,66	283,6	1947,95	1740	101,06	83,18	298,4	2265,1

Четверг (05.06.2025)

№	Наименование блюда	№ тех.карты	Масса порции 7 11 лет	Пищевые вещества			Калорий ность(кк ал)	Масса порции 12-18лет	Пищевые вещества			Калорий ность(кк ал)
	ЗАВТРАК			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	Отварные макаронные изделия с сыром	295	200	12,1	10,1	34	275	200	12,1	10,1	34	275
2	Яйцо вареное	300	40	5,1	4,6	0,3	63	40	5,1	4,6	0,3	63
3	Кофейный напиток с молоком	501	200	3,2	2,7	15,9	79	200	3,2	8,3	15,9	79
4	Бутерброд с маслом	94	40	1,2	12,5	7,5	147	40	1,2	12,5	7,5	147
5	Зефир	Пром.	60	0,48	0,12	47,9	194	60	0,48	0,12	47,9	194
	Итого		540	22,08	30,02	105,6	758	540	22,08	35,62	105,6	758
	Обед											
1	Салат из свежих овощей	54-5з-2020	80	0,88	4,1	2,5	49,9	100	1,1	5,1	3,1	62,4
2	Свекольник на курином бульоне	131	200	2	2,92	11,93	92,1	200	2	2,92	11,93	92,1
3	Котлеты рыбные	334	100	13,59	1,41	5,54	89,71	100	13,59	1,41	5,54	89,71
4	Картофельное пюре	429	150	3,15	6,6	16,35	138	180	3,78	7,92	19,62	165,6
5	Компот из св. яблок витамин.	507	200	0,5	0,2	23,1	96	200	0,5	0,2	23,1	96
6	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
7	Хлеб ржаной	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		790	24,42	16,53	86,72	602,91	840	25,27	18,85	90,59	643,01
	Полдник											
1	Кондитерское изделие "Ореховое кольцо"	Пром.	80	7,36	23,36	43,76	397,6	80	7,36	23,36	43,76	397,6
2	Сок фруктовый 0,2л	518	200	0,5	0,1	15,2	61	200	0,5	0,1	15,2	61
	Итого		280	7,86	23,46	58,96	458,6	280	7,86	23,46	58,96	458,6
	Всего за день		1610	54,36	70,01	251,28	1819,51	1660	55,21	77,93	255,15	1859,61

Пятница (06.06.2025)

№	Наименование блюда	№ тех.карты	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Калорийность(ккал)
	ЗАВТРАК			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	54-11к-2020	220	9,5	11,8	40,8	307,6	220	9,5	11,8	40,8	307,6
2	Чай с сахаром	493	200	0,1	0	15,2	61	200	0,1	0	15,2	61
3	Сыр твердых сортов в нарезке	54-1з-2020	30	7	8,9	0	107,5	30	7	8,9	0	107,5
4	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
5	Апельсин	82	100	0,9	0,2	8,1	49,2	100	0,9	0,2	8,1	49,2
	Итого		580	19,8	21,8	79,5	603,8	580	19,8	21,8	79,5	603,8
	Обед											
1	Помидор в нарезке	106	80	0,88	0,16	3	19,2	100	1,1	0,2	3,8	24
2	Суп картофельный с клецками	54-6с-2020	200	4,6	3,3	11,4	93,6	200	4,6	3,3	11,4	93,6
3	Шницель куриный припущенный	412	90	13,5	9,6	8,36	169,7	100	14,85	10,56	9,2	186,7
4	Рис с овощами	54-26г-2020	150	3,2	5,7	26	167,8	180	3,8	6,8	31,2	201,4
5	Компот из апельсинов с яблоками	510	200	0,5	0,2	22,2	93	200	0,5	0,2	22,2	93
6	Батон нарезной	Пром.	30	2,3	0,9	15,4	78,5	30	2,3	0,9	15,4	78,5
7	Хлеб ржаной	Пром.	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого		780	26,98	20,26	98,26	680,5	840	29,15	22,36	105,1	735,9
	Полдник											
1	Кекс с изюмом 0,08 (упак.)	Пром.	75	4,8	14	46,3	306	75	4,8	14	46,3	306
2	Конфета вафельная глазированная "Степ"	Пром.	40	0,2	0	15,4	78,5	30	0,2	0	15,4	78,5
3	Сок фруктовый 0,2л	518	200	0,5	0,1	15,2	61	200	0,5	0,1	15,2	61
	Итого		315	5,5	14,1	76,9	445,5	305	5,5	14,1	76,9	445,5
	Всего за день			52,28	56,16	254,66	1729,8		54,45	58,26	261,5	1785,2