Согласованно:
Директор МАОУ «школа № 9»
_____ М.В.Иванова

Утверждаю:
Директор МУП « КП»
_____ Н.А.Ситнова
(Приказ №20 от 02.03.23 г.)

# Примерное десятидневное меню для питания учащихся МАОУ «школа 9» с 1 марта 2023 г

# Примерное десятидневное меню
# для питания учащихся МАОУ школа №9

| | | | Пищевая ценность | | | | Витамины,мг. | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г. | Белки | Жиры | Углеводы | Энргет. Ценность, Ккал | В1, мг | В2, мг | С, мг | Са, мг | Fe, мг |
| | ***1 Вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы (платный)** | | | | | | | | | | |
| Табл. 4 Сборник 2004 | Каша пшенная с маслом | 250/10 | 10,69 | 14,26 | 55,37 | 393 | 0,05 | 0,19 | 1,60 | 153,91 | 0,15 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,5 | 15,1 | 57 | 0 | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 31,25 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | **Завтрак 5-11 классы** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих помидоров | 75 | 0,76 | 15,08 | 3,38 | 153 | 0,04 | 0,02 | 13,24 | 11,99 | 0,56 |
| №401,1994 | Гуляш | 100 | 9,34 | 28,67 | 3,89 | 418 | 0,03 | 0,01 | 3,16 | 4,60 | 0,23 |
| Стр246,2004 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,83 | 8,03 | 53,26 | 334 | 0,06 | 0,05 | 0 | 24,52 | 5,8 |
| № 81,2003 | Напиток Виталайт | 200 | - | - | 8,64 | 34 | 0,40 | 0,47 | 27,9 | - | - |
| №3,2004 | Бутерброд с сыром | 30/20 | 7,64 | 6,12 | 19,44 | 167 | 0,05 | 0,07 | 0,32 | 208 | 0,66 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 46 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | 0 | 14,50 | 0,80 |
| | **Обед учащиеся 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №7,2004 | Салат «Здоровье» | 60 | 0,76 | 6,05 | 5,04 | 76 | 0,02 | 0,02 | 16,92 | 24,74 | 0,36 |
| №139,2004 | Суп картофельный с горохом, мясом | 200 | 7,75 | 9,04 | 18,31 | 176 | 0,07 | 0,07 | 9,26 | 21,78 | 0,54 |
| №461, 2004 | Тефтели с соусом | 90 | 9,05 | 11,85 | 12,34 | 191 | 0,05 | 0,07 | 4,08 | 30,82 | 0,62 |
| №516,2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,32 | 4,89 | 35,48 | 210,8 | 0,08 | 0,02 | 0 | 29,61 | 0,97 |
| №693, 2004 | Какао с молоком | 200 | 3,32 | 5,33 | 24,8 | 149 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,4 | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | **Завтрак учащиеся ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №1, 2004 | Бутерброд с маслом сливочным | 20/15 | 3,99 | 8,57 | 19,52 | 170 | 0,04 | 0,02 | - | 9,20 | 0,46 |
| Табл.4, 2004 | Каша пшенная с маслом | 200/10 | 8,55 | 11,41 | 44,30 | 314 | 0,04 | 0,15 | 1,28 | 125,13 | 0,12 |
| №451,2004 | Котлета мясная | 60 | 15,55 | 15,47 | 19,42 | 278,4 | 0,05 | 0,11 | 2,92 | 39,92 | 0,65 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200 | 200 | 0,2 | 0,5 | 15,1 | 57 | 0 | 0,01 | 0,1 | 5,25 |
| | Хлеб ржаной /пшеничный | 30 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | **Обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №7,2004 | Салат «Здоровье» | 60 | 0,76 | 6,05 | 5,04 | 76 | 0,02 | 0,02 | 16,92 | 24,74 | 0,36 |
| №139,2004 | Суп картофельный с горохом, мясом | 200 | 7,75 | 9,04 | 18,31 | 176 | 0,07 | 0,07 | 9,26 | 21,78 | 0,54 |
| №461, 2004 | Тефтели с соусом | 90 | 9,05 | 11,85 | 12,34 | 191 | 0,05 | 0,07 | 4,08 | 30,82 | 0,62 |
| №516,2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,32 | 4,89 | 35,48 | 210,8 | 0,08 | 0,02 | 0 | 29,61 | 0,97 |
| №693, 2004 | Какао с молоком | 200 | 3,32 | 5,33 | 24,8 | 149 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,4 | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №1, 2004 | Бутерброд с маслом | 30/15 | 3,99 | 8,57 | 19,52 | 170 | 0,04 | 0,02 | - | 9,20 | 0,46 |
| Табл. Сборник 2004 | Каша пшенная с маслом | 250 | 10,33 | 10,98 | 47,27 | 328 | 0,07 | 0,25 | 2,11 | 199,57 | 0,16 |
| №451,2004 | Котлета мясная | 60 | 15,55 | 15,47 | 19,42 | 278,4 | 0,05 | 0,11 | 2,92 | 39,92 | 0,65 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200 | 200 | 0,2 | 0,5 | 15,1 | 57 | 0 | 0,01 | 0,1 | 5,25 |
| | Хлеб ржаной /пшеничный | 30 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Обед ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих помидор | 100 | 0,01 | 20,11 | 4,51 | 204 | 0,05 | 0,03 | 17,65 | 15,99 | 0,75 |
| №139,2004 | Суп картофельный с горохом, мясом | 250 | 9,69 | 11,3 | 22,89 | 221 | 0,09 | 0,09 | 11,58 | 27,22 | 0,67 |
| №401,1994 | Гуляш | 100г | 9,34 | 28,67 | 3,89 | 418 | 0,03 | 0,01 | 3,16 | 4,60 | 0,23 |
| Стр246,2004 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,83 | 8,03 | 53,26 | 334 | 0,10 | 0,06 | 0 | 24,52 | 5,80 |
| № 81,2003 | Напиток Виталайт | 200 | - | - | 8,64 | 34 | 0,40 | 0,47 | 27,9 | - | - |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/50 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***2 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы ( платный)** | | | | | | | | | | |
| Таб.4 2004 | Каша ячневая с маслом сливочным | 200/10 | 9,08 | 14,08 | 43,22 | 337 | 0,07 | 0,26 | 2,13 | 201,8 | 0,17 |
| №692,2004 | Напиток кофейный | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | 0,11 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 31,25 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 5-11 классы** | | | | | | | | | | |
| №49,2003 | Зразы Верх- Исетские | 100 | 29,84 | 33,82 | 11,00 | 466 | 0,10 | 0,30 | 3,84 | 20,16 | 0,68 |
| №520, 2004 | Картофельное пюре | 200 | 4,35 | 7,47 | 29,4 | 208 | 0,21 | 0,19 | 34,6 | 70,59 | 1,68 |
| №693, 2004 | Какао с молоком | 200 | 3,32 | 5,33 | 24,8 | 148 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,4 | 0,12 |
| №2, 2004 | Бутерброд с джемом | 30/30 | 3,24 | 0,32 | 46,96 | 202 | 0,04 | 0,02 | 0,06 | 12,8 | 0,84 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| 2004 | Салат из вареной моркови с масл.растит | 60 | 0,70 | 6,05 | 3,89 | 72,6 | 0,03 | 0,04 | 2,70 | 29,75 | 0,4 |
| №124,2004 | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 4,29 | 9,26 | 7,45 | 130 | 0,07 | 0,07 | 24,06 | 42,61 | 0,87 |
| №443,2004 | Плов | 200 | 12,91 | 32,66 | 39,68 | 614 | 0,06 | 0,04 | 4,89 | 38,04 | 1,03 |
| №631,2004 | Компот из свежих фруктов или ягод | 200г | 0,18 | 0,18 | 34,39 | 134 | 0,01 | 0,01 | 7,49 | 7,86 | 1,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №337,2004 | Яйцо вареное | 1шт. | 5,33 | 4,83 | 0,29 | 66 | 0,03 | 0,18 | 0 | 23,1 | 1,05 |
| Таб.4 2004 | Каша ячневая с маслом сливочным | 200/10 | 9,08 | 14,08 | 43,22 | 337 | 0,07 | 0,26 | 2,13 | 201,8 | 0,17 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 200 | 0,2 | 0,5 | 15,1 | 57 | 0 | 0,01 | 0,1 | 5,25 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 46 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | Молочко витаминизированное | 1 шт/200 | 1,18 | 1,34 | 1,97 | 24 | 0,02 | 0,06 | 0,55 | 50,4 | 0,03 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| 2004 | Салат из вареной моркови с масл.растит | 60 | 0,70 | 6,05 | 3,89 | 72,6 | 0,03 | 0,04 | 2,70 | 29,75 | 0,4 |
| №124,2004 | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 4,29 | 9,26 | 7,45 | 130 | 0,07 | 0,07 | 24,06 | 42,61 | 0,87 |
| №443,2004 | Плов | 200 | 12,91 | 32,66 | 39,68 | 614 | 0,06 | 0,04 | 4,89 | 38,04 | 1,03 |
| №631,2004 | Компот из свежих фруктов или ягод | 200г | 0,18 | 0,18 | 34,39 | 134 | 0,01 | 0,01 | 7,49 | 7,86 | 1,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №337,2004 | Яйцо вареное | 1шт. | 5,33 | 4,83 | 0,29 | 66 | 0,03 | 0,18 | 0 | 23,1 | 1,05 |
| Стр 246, 2004 | Каша ячневая с маслом | 250 | 9,04 | 12,91 | 50,15 | 353 | 0,05 | 0,19 | 1,60 | 153,55 | 0,15 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200 | 200 | 0,2 | 0,5 | 15,1 | 57 | 0 | 0,01 | 0,1 | 5,25 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 32/32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| 2004 | Салат из вареной моркови с масл.растит | 100 | 1,17 | 10,08 | 6,48 | 121 | 0,05 | 0,06 | 4,5 | 49,58 | 0,66 |
| №124,2004 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | 5,36 | 11,57 | 9,31 | 163 | 0,09 | 0,09 | 30,08 | 53,26 | 1,09 |
| №49,2003 | Зразы Верх- Исетские | 100 | 29,84 | 33,82 | 11,00 | 466 | 0,10 | 0,30 | 3,84 | 20,16 | 0,68 |
| №520, 2004 | Картофельное пюре | 180 | 3,91 | 6,72 | 26,448 | 186,3 | 0,20 | 0,16 | 31,15 | 63,52 | 1,52 |
| №693, 2004 | Какао с молоком | 200 | 3,32 | 5,33 | 24,8 | 148 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,4 | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 96 | 8,28 | 0,87 | 52,86 | 258 | 0,12 | 0,03 | 0 | 21,75 | 1,2 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***3 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы (платный)** | | | | | | | | | | |
| Таб4, 2004 | Каша пшеничная с маслом сливочным | 200/10 | 8,56 | 13,06 | 44,31 | 329 | 0,04 | 0,16 | 1,28 | 123,37 | 0,13 |
| №693, 2004 | Какао с молоком | 200 | 3,32 | 5,33 | 24,8 | 148 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,4 | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 31,25 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих помидор | 50 | 0,51 | 10,05 | 2,25 | 102 | 0,03 | 0,01 | 8,83 | 7,99 | 0,37 |
| №443,2004 | Плов | 200 | 12,91 | 32,66 | 39,68 | 614 | 0,06 | 0,04 | 4,89 | 38,04 | 1,03 |
| №631,2004 | Компот из свежих яблок | 200г | 0,18 | 0,18 | 34,39 | 134 | 0,01 | 0,01 | 7,49 | 7,86 | 1,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 64 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | 0 | 14,50 | 0,80 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| 43,2004 | Салат из свежей капусты | 60 | 0,56 | 1,84 | 3,38 | 31,8 | 0,01 | 0,01 | 9,07 | 19,01 | 0,24 |
| №132, 2004 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200 | 2,03 | 6,02 | 13,98 | 121 | 0,09 | 0,07 | 13,98 | 31,41 | 0,9 |
| №43, 2003 | Суфле "Рыбка" | 90 | 18,56 | 17,26 | 8,51 | 262,8 | 0 | 0,07 | 1,03 | 40,75 | 0,59 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 150 | 3,26 | 5,60 | 22,05 | 156 | 0,16 | 0,14 | 25,96 | 52,94 | 1,26 |
| №81, 2003 | Напиток "Виталайт» | 200 | 0 | 0 | 8,64 | 34 | 0,4 | 0,47 | 27,9 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| № 3,2004 | Бутерброд с сыром | 30/20 | 7,64 | 6,12 | 19,44 | 167 | 0,05 | 0,07 | 0,32 | 208 | 0,66 |
| №359,2004 | Запеканка морковная с творогом и джемом | 200/30 | 28,31 | 41,09 | 52,14 | 701 | 0,16 | 0,60 | 3,45 | 347,58 | 1,93 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,5 | 15,1 | 57 | 0 | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб | 20 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| 43,2004 | Салат из свежей капусты | 60 | 0,56 | 1,84 | 3,38 | 31,8 | 0,01 | 0,01 | 9,07 | 19,01 | 0,24 |
| №132, 2004 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200 | 2,03 | 6,02 | 13,98 | 121 | 0,09 | 0,07 | 13,98 | 31,41 | 0,9 |
| №43, 2003 | Суфле "Рыбка" | 90 | 18,56 | 17,26 | 8,51 | 262,8 | 0 | 0,07 | 1,03 | 40,75 | 0,59 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 150 | 3,26 | 5,60 | 22,05 | 156 | 0,16 | 0,14 | 25,96 | 52,94 | 1,26 |
| №81, 2003 | Напиток "Виталайт» | 200 | 0 | 0 | 8,64 | 34 | 0,4 | 0,47 | 27,9 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | **Завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №3,2004 | Бутерброд с сыром | 32/20 | 7,64 | 6,12 | 19,44 | 167 | 0,05 | 0,07 | 0,32 | 208 | 0,66 |
| №359, 2004 | Запеканка морковная с творогом и джемом | 250/30 | 34,47 | 51,02 | 63,48 | 854 | 0,2 | 0,73 | 4,2 | 344,01 | 2,35 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,13 | 0,01 |
| | Хлеб | 30 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 5-11** | | | | | | | | | | |
| №42 ,2004 | Салат из свежей капусты | 100 | 0,94 | 3,06 | 5,64 | 53 | 0,02 | 0,02 | 15,12 | 33,18 | 0,4 |
| №132, 2004 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 2,54 | 7,52 | 17,78 | 152 | 0,11 | 0,09 | 17,47 | 39,26 | 1,12 |
| №443,2004 | Плов | 200 | 12,91 | 32,66 | 39,68 | 614 | 0,06 | 0,04 | 4,89 | 38,04 | 1,03 |
| №631,2004 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,18 | 0,18 | 34,39 | 134 | 0,01 | 0,01 | 7,49 | 7,86 | 1,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 96 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | - | 14,5 | 0,8 |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***4 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы (платный)** | | | | | | | | | | |
| Таб.4, 2004 | Каша рисовая с/м | 200 | 5,98 | 11,92 | 42,51 | 303 | 0,08 | 0,18 | 1,31 | 129,51 | |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,80 | 3,70 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 120,3 | 0,11 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №19, 2004 | Салат из свежих помидоров | 50 | 0,5 | 10,06 | 2,25 | 102 | 0 | 0,02 | 0,06 | 8 | 0,38 |
| ТТК КШСП | Рыба, запеченная с сыром | 90 | 48,62 | 39,91 | 1,47 | 560 | 0,01 | 0,04 | 0,13 | 99,61 | 0,36 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 180 | 4,32 | 7,47 | 29,26 | 206 | 0,21 | 0,18 | 34,41 | 70,48 | 1,68 |
| №692,2004 | Напиток кофейный | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | 0,11 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 32/32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №4,2003 | Салат «Нежный» | 60 | 0,65 | 9,12 | 4,24 | 102 | 0,03 | 0,03 | 5,48 | 16,48 | 0,68 |
| №110, 2004 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 200 | 1,70 | 5,82 | 10,94 | 101,6 | 0,06 | 0,06 | 16,59 | 43,14 | 0,99 |
| №64,2003 | Колбаски витаминные | 90 | 18,18 | 25,5 | 2,61 | 312 | 0,07 | 0,16 | 0,28 | 20,31 | 1,64 |
| Стр 246, 2004 | Греча отварная | 150 | 9,02 | 6,69 | 44,38 | 278,3 | 0,08 | 0,05 | 0 | 20,43 | 4,83 |
| №82, 2003 | Кисель Золотой шар | 200 | - | - | 19,2 | 75 | 0,88 | 1,04 | 62 | - | - |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №1, 2004 | Бутерброд с повидлом | 30/30 | 3,09 | 8,57 | 19,52 | 170 | 0,04 | 0,02 | - | 9,2 | 0,46 |
| №366, 2004 | Запеканка творожная с о сл.соусом | 160/60 | 25,25 | 33,33 | 88 | 747,7 | 0,15 | 0,48 | 1,14 | 268,79 | 1,91 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб | 20 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №16 2003 | Салат «Бурячок» | 60 | 0,78 | 9,06 | 3,60 | 99,60 | 0,01 | 0,02 | 5,06 | 20,19 | 0,68 |
| №110, 2004 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250/10 | 2,13 | 7,28 | 13,68 | 127 | 0,07 | 0,08 | 20,74 | 53,92 | 1,24 |
| №64,2003 | Колбаски витаминные | 90 | 18,18 | 25,5 | 2,61 | 312 | 0,07 | 0,16 | 0,28 | 20,31 | 1,64 |
| Стр 246, 2004 | Греча отварная | 150 | 9,02 | 6,69 | 44,38 | 278,3 | 0,08 | 0,05 | 0 | 20,43 | 4,83 |
| №82, 2003 | Кисель Золотой шар | 200 | - | - | 19,2 | 75 | 0,88 | 1,04 | 62 | - | - |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | **Завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №1, 2004 | Бутерброд с маслом повидлом | 40/20/30 | 1,11 | 16,59 | 26,52 | 257 | 0 | 0,03 | 0,05 | 6,04 | 0,3 |
| №366, 2004 | Запеканка творожная с молоком сгущенным | 160/70 | 25,26 | 36,13 | 38,02 | 579 | 0,11 | 0,58 | 1,07 | 318,29 | 1,03 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб | 34 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | **Обед ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №16 2003 | Салат «Бурячок» | 100 | 1,3 | 15,10 | 6 | 166 | 0,02 | 0,03 | 8,43 | 33,65 | 1,13 |
| №110, 2004 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250 | 2,13 | 7,28 | 13,68 | 127 | 0,07 | 0,08 | 20,74 | 53,92 | 1,24 |
| ТТК КШСП | Рыба, запеченная с сыром | 100 | 54,02 | 44,35 | 1,64 | 622,9 | 0,01 | 0,04 | 0,15 | 110,68 | 0,44 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 180 | 4,32 | 7,47 | 29,26 | 206 | 0,21 | 0,18 | 34,41 | 70,48 | 1,68 |
| №692,2004 | Напиток кофейный | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | 0,11 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/50 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | - | 14,5 | 0,8 |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***5 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы (платный)** | | | | | | | | | | |
| Сбр.2004 | Каша ячневая с маслом | 250/10 | 9,04 | 12,91 | 50,15 | 353,8 | 0,05 | 0,19 | 1,60 | 153,55 | 0,15 |
| №630,2004 | Чай с молоком | 200 | 1,6 | 1,65 | 17,36 | 86 | 0,02 | 0,09 | 0,75 | 65,25 | 0,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 31,25 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №11, 2003 | Салат из свежей капусты с вареной свеклой | 50 | 0,72 | 5,04 | 5,47 | 69,5 | 0,01 | 0,02 | 12,05 | 19,49 | 0,45 |
| №26, 2007 | Венгерский гуляш | 100 | 16,94 | 25,86 | 7,4 | 327 | 0,08 | 0,15 | 5,08 | 37,38 | 1,85 |
| №36, 2004 | Рис припущенный с овощами | 200 | 5,21 | 8,66 | 51,75 | 311 | 0,07 | 0,04 | 1,72 | 20,99 | 0,92 |
| №631,2004 | Компот из свежих ягод или фруктов | 200 | 0,18 | 0,18 | 34,39 | 134 | 0,01 | 0,01 | 7,49 | 7,86 | 1,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 32/32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №11,2003 | Салат из свежей капусты с вареной свеклой | 60 | 0,86 | 6,04 | 6,56 | 83,4 | 0,01 | 0,02 | 14,46 | 23,38 | 0,53 |
| № 138 ,2004 | Суп картофельный с рисом, цыпленком | 200 | 5,02 | 6,66 | 14,10 | 140 | 0,1 | 0,08 | 13,20 | 20,75 | 4,08 |
| №46,2004 | Шницель Дружба с маслом сливочным | 90 | 17,78 | 29,83 | 6,91 | 420 | 0,01 | 0,05 | 1,65 | 28,13 | 0,48 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 150 | 4,32 | 7,47 | 29,26 | 206 | 0,21 | 0,18 | 34,41 | 70,48 | 1,68 |
| № 81,2003 | Напиток Виталайт | 200 | - | - | 8,64 | 34 | 0,40 | 0,47 | 27,9 | - | - |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №3, 2004 | Бутерброд с сыром | 24/20 | 7,64 | 6,12 | 19,44 | 167 | 0,05 | 0,07 | 0,32 | 208 | 0,66 |
| №430, 2004 | Запеканка картофельная с мясом с соусом | 200/50 | 23,37 | 19,59 | 67,32 | 550 | 0,52 | 0,39 | 77,82 | 44,75 | 3,57 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб | 20 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | **Обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №11,2003 | Салат из свежей капусты с вареной свеклой | 60 | 0,86 | 6,04 | 6,56 | 83,4 | 0,01 | 0,02 | 14,46 | 23,38 | 0,53 |
| № 138 ,2004 | Суп картофельный с рисом, цыпленком | 200 | 5,02 | 6,66 | 14,10 | 140 | 0,1 | 0,08 | 13,20 | 20,75 | 4,08 |
| №46,2004 | Шницель Дружба с маслом сливочным | 90 | 17,78 | 29,83 | 6,91 | 420 | 0,01 | 0,05 | 1,65 | 28,13 | 0,48 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 150 | 4,32 | 7,47 | 29,26 | 206 | 0,21 | 0,18 | 34,41 | 70,48 | 1,68 |
| № 81,2003 | Напиток Виталайт | 200 | - | - | 8,64 | 34 | 0,40 | 0,47 | 27,9 | - | - |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| № 3,2004 | Бутерброд с сыром | 24/20 | 7,64 | 6,12 | 19,44 | 167 | 0,05 | 0,07 | 0,32 | 208 | 0,66 |
| №430, 2004 | Запеканка картофельная с мясом с соусом | 200/60 | 24,04 | 20,15 | 69,26 | 565,8 | 0,53 | 0,4 | 80,06 | 46,04 | 3,67 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб | 60 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | - | 14,5 | 0,8 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №112003 | Салат из свежей капусты с вареной свеклой | 100 | 1,44 | 10,07 | 10,93 | 139 | 0,02 | 0,04 | 24,1 | 38,97 | 0,89 |
| №138,2004 | Суп картофельный с рыбой | 250 | 5,35 | 4,44 | 17,43 | 134 | 0,11 | 0,06 | 16,5 | 25,3 | 0,95 |
| №26, 2007 | Венгерский гуляш | 100 | 16,94 | 25,86 | 7,4 | 327 | 0,08 | 0,15 | 5,08 | 37,38 | 1,85 |
| №36, 2004 | Рис припущенный с овощами | 180 | 4,69 | 7,8 | 46,51 | 279 | 0,06 | 0,04 | 1,55 | 18,89 | 0,83 |
| №631,2004 | Компот из яблок | 200 | 0,18 | 0,18 | 34,39 | 134 | 0,01 | 0,01 | 7,49 | 7,86 | 1,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/56 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | - | 14,5 | 0,8 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | |
| | ***6 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы (платный)** | | | | | | | | | | |
| Сб2004 | Каша рисовая с маслом сливочным | 200 | 5,98 | 11,92 | 42,51 | 303 | 0,08 | 0,38 | 1,31 | 129,51 | 0,57 |
| №693, 2004 | Какао с молоком | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 31,25 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №16,2004 | Салат из свежих огурцов | 75 | 0,49 | 15,05 | 1,58 | 143,3 | 0,02 | 0,02 | 6,08 | 16,73 | 0,39 |
| № 505, 2004 | Кнели из филе курицы | 90 | 17,66 | 21,47 | 1,80 | 272 | 0,07 | 0,23 | 0,29 | 88,85 | 2,03 |
| №516, 2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,32 | 4,89 | 35,48 | 210 | 0,09 | 0,03 | - | 29,61 | 0,97 |
| №700,2004 | Напиток из свежих ягод или фруктов | 200 | - | - | 23,95 | 91 | - | - | - | 0,48 | 0,07 |
| | Хлеб пшеничный /ржаной | 32/32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих огурцов | 60 | 0,39 | 12,04 | 1,27 | 114,6 | 0,01 | 0,02 | 4,86 | 13,39 | 0,31 |
| №171, 2004 | Суп-пюре картофельный с гренками | 200 | 5,01 | 4,05 | 34,06 | 196,8 | 0,14 | 0,07 | 15,44 | 28,54 | 1,25 |
| №534,2004 | Капуста тушеная с мясом | 200 | 13,06 | 29,2 | 17,43 | 491 | 0,07 | 0,11 | 99,22 | 108,7 | 11,49 |
| №692,2004 | Напиток кофейный | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| Сбр. 2004 | Гребешок с повидлом | 1/75 | 4,93 | 4,54 | 50,24 | 258 | 0,07 | 0,05 | 0,05 | 15,77 | 0,94 |
| Сб2004 | Каша рисовая с маслом сливочным | 200/10 | 5,98 | 11,92 | 42,51 | 303 | 0,08 | 0,18 | 1,31 | 129,51 | 0,57 |
| №63,2003 | Фрикадельки из курицы | 50 | 7,28 | 9,27 | 2,14 | 120,5 | 0,03 | 0,08 | 0,15 | 20,02 | 0,6 |
| №693, 2004 | Какао с молоком | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | ИТОГО | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих огурцов | 60 | 0,39 | 12,04 | 1,27 | 114,6 | 0,01 | 0,02 | 4,86 | 13,39 | 0,31 |
| №171, 2004 | Суп-пюре картофельный с гренками | 200 | 5,01 | 4,05 | 34,06 | 196,8 | 0,14 | 0,07 | 15,44 | 28,54 | 1,25 |
| №534,2004 | Капуста тушеная с мясом | 200 | 13,06 | 29,2 | 17,43 | 491 | 0,07 | 0,11 | 99,22 | 108,7 | 11,49 |
| №692,2004 | Напиток кофейный | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| Сбр. 2004 | Гребешок с повидлом | 1/75 | 4,93 | 4,54 | 50,24 | 258 | 0,07 | 0,05 | 0,05 | 15,77 | 0,94 |
| Сб2004 | Каша рисовая с маслом сливочным | 250/10 | 5,98 | 11,92 | 42,51 | 303 | 0,08 | 0,18 | 1,31 | 129,51 | 0,57 |
| №63,2003 | Фрикадельки из курицы | 60 | 8,74 | 11,12 | 2,57 | 144 | 0,01 | 0,10 | 0,18 | 24,02 | 0,72 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **обед ОВЗ 5-11 класс.** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих огурцов | 100 | 0,65 | 20,06 | 2,11 | 191 | 0,02 | 0,03 | 8,10 | 22,31 | 0,52 |
| №138,2004 | Суп картофельный с рисом, цыпленком | 250 | 10,27 | 11,6 | 17,64 | 219 | 0,14 | 0,13 | 16,5 | 28,79 | 1,64 |
| № 505, 2004 | Кнели из филе курицы | 100 | 19,62 | 23,86 | 2 | 302,6 | 0,08 | 0,26 | 0,32 | 98,72 | 2,26 |
| №516, 2004 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,38 | 5,87 | 42,58 | 253 | 0,10 | 0,03 | 0 | 35,53 | 1,17 |
| №81, 2003 | Напиток "Виталайт» | 200 | 0 | 0 | 8,64 | 34 | 0,4 | 0,47 | 27,9 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/56 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | - | 14,5 | 0,8 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***7 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы (платный)** | | | | | | | | | | |
| №340,2004 | Омлет натуральный | 118 | 11,57 | 18,88 | 2,08 | 223 | 0,07 | 0,44 | 0,38 | 85,24 | 2,15 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 31,25 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 5-11классы** | | | | | | | | | | |
| №2,2004 | Бутерброд с сыром | 30/30 | 7,64 | 6,12 | 19,44 | 167 | 0,05 | 0,07 | 0,32 | 208 | 0,66 |
| №534,2004 | Капуста тушеная с мясом | 200\50 | 26,08 | 19,37 | 23,24 | 370 | 0,16 | 0,29 | 132,29 | 144,94 | 2 |
| №81,2003 | Кисель «Виталайт» | 200 | 0 | 0 | 19,20 | 75 | 0,88 | 1,04 | 62 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| 2004 | Салат из свеклы отварной с маслом растит | 60 | 0,87 | 5,06 | 5,22 | 69 | 0,01 | 0,02 | 4,06 | 28,82 | 0,87 |
| №135,2004 | Суп из разных овощей со сметаной | 200 | 5,71 | 11,65 | 12,36 | 178 | 0,11 | 0,11 | 24,23 | 39,66 | 1,17 |
| № 506,2004 | Суфле из курицы | 90 | 20,1 | 24,01 | 5,45 | 317,5 | 0,07 | 0,18 | 0,07 | 55,36 | 1,82 |
| №516, 2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,32 | 4,89 | 35,48 | 210 | 0,08 | 0,02 | 0 | 29,61 | 0,97 |
| №700,2004 | Напиток из брусники | 200 | - | - | 23,95 | 91 | - | - | - | 0,48 | 0,07 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №192003 | Салат картофельный с зеленым горошком | 130 | 2,58 | 19,85 | 14,78 | 250 | 0,13 | 0,07 | 18,72 | 20,71 | 0,99 |
| №340,2004 | Омлет натуральный с маслом сливочным | 118/5 | 11,57 | 18,88 | 2,08 | 223 | 0,07 | 0,44 | 0,38 | 85,24 | 2,15 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 46 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | - | 14,5 | 0,8 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| 2004 | Салат из свеклы отварной с маслом растит | 60 | 0,87 | 5,06 | 5,22 | 69 | 0,01 | 0,02 | 4,06 | 28,82 | 0,87 |
| №135,2004 | Суп из разных овощей со сметаной | 200 | 5,71 | 11,65 | 12,36 | 178 | 0,11 | 0,11 | 24,23 | 39,66 | 1,17 |
| № 506,2004 | Суфле из курицы | 90 | 20,1 | 24,01 | 5,45 | 317,5 | 0,07 | 0,18 | 0,07 | 55,36 | 1,82 |
| №516, 2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,32 | 4,89 | 35,48 | 210 | 0,08 | 0,02 | 0 | 29,61 | 0,97 |
| №700,2004 | Напиток из брусники | 200 | - | - | 23,95 | 91 | - | - | - | 0,48 | 0,07 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| №192003 | Салат картофельный с зеленым горошком | 150 | 2,98 | 22,90 | 17,06 | 288 | 0,14 | 0,08 | 21,06 | 23,9 | 1,13 |
| №340,2004 | Омлет натуральный с маслом сливочным | 118/5 | 11,57 | 18,88 | 2,08 | 223 | 0,07 | 0,44 | 0,38 | 85,24 | 2,15 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 32/32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| 2004 | Салат из свеклы отварной с маслом растит | 100 | 1,45 | 8,43 | 8,70 | 115 | 0,02 | 0,03 | 6,77 | 48,03 | 1,45 |
| №135,2004 | Суп из разных овощей со сметаной | 250 | 5,71 | 11,65 | 12,36 | 178 | 0,11 | 0,11 | 24,23 | 39,66 | 1,17 |
| №534,2004 | Капуста тушеная с мясом | 250 | 26,08 | 19,37 | 23,24 | 370 | 0,16 | 0,29 | 132,29 | 144,94 | 2 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 46/50 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | - | 14,5 | 0,8 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***8 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы (платный)** | | | | | | | | | | |
| №312, 2004 | Крупенник с джемом | 200/20 | 17,55 | 21,39 | 55,33 | 486,4 | 0,11 | 0,24 | 0,34 | 110,69 | 4,74 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 31,25 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 5-11 классы** | | | | | | | | | | |
| №20, 2004 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 50 | 0,72 | 6,76 | 2,00 | 72 | 0,03 | 0,02 | 7,36 | 11,61 | 0,43 |
| №506,2004 | Суфле из филе цыпленка | 100 | 22,24 | 26,67 | 6,05 | 352,7 | 0,07 | 0,2 | 0,07 | 61,51 | 2,02 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 180 | 3,91 | 6,72 | 26,48 | 186 | 0,2 | 0,16 | 31,15 | 63,52 | 1,52 |
| №692,2004 | Напиток кофейный | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | 0,11 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 32/32 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №20,2004 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,86 | 8,11 | 2,4 | 86,4 | 0,04 | 0,02 | 8,83 | 13,93 | 0,52 |
| №138, 2004 | Суп картофельный с крупой, с рыбой | 200 | 4,28 | 3,55 | 13,84 | 107,2 | 0,09 | 0,5 | 13,2 | 20,24 | 0,76 |
| №461, 2004 | Тефтели с соусом | 90 | 11,31 | 14,81 | 15,43 | 239 | 0,06 | 0,09 | 5,10 | 38,53 | 0,78 |
| №516,2004 | Макаронные изделия отварные | 150г | 5,32 | 4,89 | 35,48 | 210 | 0,08 | 0,02 | 0 | 29,61 | 1,66 |
| №631,2004 | Компот из ягод | 200 | 0,33 | 0,08 | 28,28 | 107 | 0,01 | 0,01 | 6,15 | 15,65 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | **завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №1, 2004 | Бутерброд с маслом сыром | 40/20/30 | 3,09 | 8,57 | 19,52 | 170 | 0,04 | 0,02 | 0 | 9,2 | 0,46 |
| №312, 2004 | Крупенник с джемом | 200/20 | 17,55 | 21,39 | 55,33 | 486,4 | 0,11 | 0,24 | 0,34 | 110,69 | 4,74 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | |
| | | | | | | | | | | | |
| | **обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №20,2004 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,86 | 8,11 | 2,4 | 86,4 | 0,04 | 0,02 | 8,83 | 13,93 | 0,52 |
| №138, 2004 | Суп картофельный с крупой, с рыбой | 200 | 5,35 | 4,44 | 17,43 | 134 | 0,11 | 0,06 | 16,50 | 25,30 | 0,93 |
| №461, 2004 | Тефтели с соусом | 90 | 11,31 | 14,81 | 15,43 | 239 | 0,06 | 0,09 | 5,10 | 38,53 | 0,78 |
| №516,2004 | Макаронные изделия отварные | 150г | 6,38 | 5,87 | 42,58 | 253 | 0,10 | 0,03 | - | 35,53 | 1,17 |
| №631,2004 | Компот из ягод | 200 | 0,33 | 0,08 | 28,28 | 107 | 0,01 | 0,01 | 6,15 | 15,65 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №1, 2004 | Бутерброд с маслом сыром | 40/20/30 | 3,09 | 8,57 | 19,52 | 170 | 0,04 | 0,02 | 0 | 9,2 | 0,46 |
| №312, 2004 | Крупенник с джемом | 200/20 | 21,94 | 26,74 | 69,16 | 608 | 0,140 | 0,3 | 0,42 | 138,36 | 5,92 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | - | 0,01 | 0,1 | 5,25 | 0,87 |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| - | **обед ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №20,2004 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 100 | 1,43 | 13,52 | 4,0 | 144 | 1,07 | 0,03 | 14,72 | 23,32 | 0,87 |
| №138, 2004 | Суп картофельный с крупой, с рыбой | 250 | 5,35 | 4,44 | 17,43 | 134 | 0,11 | 0,06 | 16,50 | 25,30 | 0,93 |
| №506,2004 | Суфле из филе цыпленка | 100 | 22,24 | 26,67 | 6,05 | 352,7 | 0,07 | 0,2 | 0,07 | 61,51 | 2,02 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 200 | 4,32 | 7,47 | 29,26 | 206 | 0,21 | 0,18 | 34,41 | 70,48 | 1,68 |
| №692,2004 | Напиток кофейный | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | 0,11 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/56 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***9 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы(платный)** | | | | | | | | | | |
| Стр 246, сб2004 | Каша ячневая с маслом | 200/10 | 2,601 | 3,798 | 15,11 | 210,6 | 0,02 | 0,02 | 4,39 | 13,1 | 0,34 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,13 | 0,01 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 31,25 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 5-11 классы** | | | | | | | | | | |
| №3, 2004 | Бутерброд с сыром | 30/20 | 7,64 | 6,12 | 19,44 | 167 | 0,05 | 0,07 | 0,32 | 208 | 0,66 |
| №19,2004 | Салат из свежих огурцов | 50 | 0,51 | 10,05 | 2,25 | 102 | 0,03 | 0,01 | 8,83 | 7,99 | 0,37 |
| №398,204 | Хлебцы рыбные паравые | 100 | 19,33 | 15,87 | 19,10 | 295 | 0,02 | 0,02 | 2,8 | 12,98 | 0,42 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 200 | 4,32 | 7,47 | 29,26 | 206 | 0,21 | 0,18 | 34,41 | 70,48 | 1,68 |
| №631,2004 | Напиток из свежих фруктов | 200 | 0,18 | 0,18 | 34,39 | 134 | 0,01 | 0,01 | 7,49 | 7,86 | 1,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 34 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих огурцов | 60 | 0,39 | 12,04 | 1,27 | 114,6 | 0,01 | 0,02 | 4,86 | 13,39 | 0,31 |
| №131,2004 | Рассольник "Домашний" со сметаной | 200 | 1,96 | 6,26 | 12,23 | 114,6 | 0,1 | 0,06 | 21,06 | 33,97 | 0,89 |
| №63,2003 | Фрикадельки из филе цыпленка | 90 | 14,55 | 18,53 | 4,28 | 241 | 0,06 | 0,15 | 0,30 | 40,04 | 1,20 |
| №516,2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 0 | 4,815 | 31,2 | 193,5 | 0,08 | 0,06 | 0,04 | 33,2 | 1,66 |
| №81, 2003 | Напиток "Виталайт» | 200 | 0 | 0 | 8,64 | 34 | 0,4 | 0,47 | 27,9 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 20/26 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №3, 2004 | Бутерброд с сыром | 26/15 | 4,11 | 4,42 | 4,23 | 75 | 0,01 | 00,5 | 0,24 | 150 | 0,17 |
| №420,2004 | Запеканка рисовая с творогом с повидлом | 220/40 | 11,43 | 22,85 | 67,89 | 523 | 0,10 | 0,22 | 0,24 | 92,83 | 1,64 |
| №685,2004 | Чай со сгущ.молоком | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,13 | 0,01 |
| | Хлеб | 20 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | **Обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих огурцов | 60 | 0,39 | 12,04 | 1,27 | 114,6 | 0,01 | 0,02 | 4,86 | 13,39 | 0,31 |
| №131,2004 | Рассольник "Домашний" со сметаной | 200 | 1,96 | 6,26 | 12,23 | 114,6 | 0,1 | 0,06 | 21,06 | 33,97 | 0,89 |
| №63,2003 | Фрикадельки из филе цыпленка | 90 | 14,55 | 18,53 | 4,28 | 241 | 0,06 | 0,15 | 0,30 | 40,04 | 1,2 |
| №516,2004 | Макаронные изделия отварные | 150г | 0 | 4,815 | 31,2 | 193,5 | 0,08 | 0,06 | 0,04 | 33,2 | 1,66 |
| №81, 2003 | Напиток "Виталайт» | 200 | 0 | 0 | 8,64 | 34 | 0,4 | 0,47 | 27,9 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №3, 2004 | Бутерброд с сыром | 34/15 | 4,11 | 4,42 | 4,23 | 75 | 0,01 | 00,5 | 0,24 | 150 | 0,17 |
| | Запеканка рисовая с творогом | 250/40 | 14,29 | 28,56 | 84,86 | 653 | 0,13 | 0,28 | 0,3 | 116,04 | 2,05 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,13 | 0,01 |
| | Хлеб | 30 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Обед ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| №19,2004 | Салат из свежих огурцов | 100 | 0,65 | 20,06 | 2,11 | 191 | 0,02 | 0,03 | 8,10 | 22,31 | 0,52 |
| №131,2004 | Рассольник "Домашний" со сметаной | 250 | 2,45 | 7,83 | 15,29 | 143,3 | 0,12 | 0,07 | 26,32 | 42,46 | 1,11 |
| №398,204 | Хлебцы рыбные паравые | 100 | 19,33 | 15,87 | 19,10 | 295 | 0,02 | 0,02 | 2,8 | 12,98 | 0,42 |
| №520,2004 | Картофельное пюре | 180 | 4,32 | 7,47 | 29,26 | 206 | 0,21 | 0,18 | 34,41 | 70,48 | 1,68 |
| №631,2004 | Напиток из свежих фруктов | 200 | 0,18 | 0,18 | 34,39 | 134 | 0,01 | 0,01 | 7,49 | 7,86 | 1,09 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/56 | 5,52 | 0,58 | 35,24 | 172 | 0,08 | 0,02 | - | 14,5 | 0,8 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***10 вариант*** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак 1-4 классы (платный)** | | | | | | | | | | |
| №160,2004 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 5,59 | 5,87 | 21,84 | 163 | 0,08 | 0,2 | 1,63 | 157,76 | 0,44 |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200/ | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,13 | 0,01 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Завтраки 5-11 классы** | | | | | | | | | | |
| | Салат из разных овощей | 50 | | | | | | | | | |
| 482/2004 | Запеканка из печени | 100 | 12,5 | 17,29 | 11,58 | 264 | 0,18 | 1,15 | 18,53 | 23,88 | 3,95 |
| №516,2004 | Макаронные изделия отварные | 150г | 0 | 4,815 | 31,2 | 193,5 | 0,08 | 0,06 | 0,04 | 33,2 | 1,66 |
| №693, 2004 | Какао с молоком | 200 | 3,32 | 5,33 | 24,8 | 148 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,4 | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/40 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | **обед 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| | Салат из разных овощей | 60 | | | | | | | | | |
| №139,2004 | Суп картофельный с горохом, сметаной | 200 | 5,4 | 4,74 | 22,62 | 145 | 0,07 | 0,05 | 11,5 | 19,32 | 0,65 |
| №436,2004 | Жаркое по-домашнему | 200 | 13 | 33,27 | 31,41 | 589 | 0,22 | 0,14 | 41,87 | 26,76 | 118,01 |
| №631,2004 | Компот из ягод | 200 | 0,33 | 0,08 | 28,28 | 107 | 0,01 | 0,01 | 6,15 | 15,65 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/34 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **завтрак ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| | Запеканка пшенная с повидлом | 200/50 | | | | | | | | | |
| | Бутерброд с маслом/сыром | 30/20/20 | | | | | | | | | |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,13 | 0,01 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 26 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | ИТОГО | | 8,55 | 6,26 | 54,56 | 307 | | | | | |
| | **обед ОВЗ 1-4 класс** | | | | | | | | | | |
| | Салат из разных овощей | 60 | | | | | | | | | |
| №139,2004 | Суп картофельный с горохом, сметаной | 200 | 5,4 | 4,74 | 22,62 | 145 | 0,07 | 0,05 | 11,5 | 19,32 | 0,65 |
| №436,2004 | Жаркое по-домашнему | 200 | 13 | 33,27 | 31,41 | 589 | 0,22 | 0,14 | 41,87 | 26,76 | 11801 |
| №631,2004 | Компот из ягод | 200 | 0,33 | 0,08 | 28,28 | 107 | 0,01 | 0,01 | 6,15 | 15,65 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/30 | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **завтрак ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| | Запеканка пшенная с повидлом | 250/50 | | | | | | | | | |
| | Бутерброд с маслом/сыром | 30/20/20 | | | | | | | | | |
| №685,2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,13 | 0,01 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40 | 2,76 | 0,29 | 17,62 | 86 | 0,04 | 0,01 | - | 7,25 | 30 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **обед ОВЗ 5-11 класс** | | | | | | | | | | |
| | Салат из разных овощей | 100 | | | | | | | | | |
| №171, 2004 | Суп- картофельный с горохом сметаной | 250 | 4,7 | 5,66 | 29,17 | 190 | 0,14 | 0,12 | 19,64 | 57,67 | 1,06 |
| 482/2004 | Запеканка из печени | 100 | 12,5 | 17,29 | 11,58 | 264 | 0,18 | 1,15 | 18,53 | 23,88 | 48,04 |
| №516,2004 | Макаронные изделия отварные | 180г | 7,09 | 6,52 | 47,31 | 280 | 0,12 | 0,4 | 0 | 39,48 | 1,29 |
| №692,2004 | Напиток кофейный | 200 | 3,8 | 3,7 | 20,17 | 121 | 0,04 | 0,15 | 1,3 | 120,3 | 0,11 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/56 | | | | | | | | | |
| | ИТОГО | | | | | | | | | | |

При разработке ТТК использовались сборники рецептур:

1.Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г. Москва, 1996

2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области. Г. Екатеринбург. 2003г.

3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В. Т. Лапшиной 2004г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 563292724469433653756915498922483625787079191 44

Владелец Иванова Марина Валентиновна

Действителен С 24.03.2023 по 23.03.2024