**ТИПОВОЕ РЕГИОНАЛЬНОЕ МЕНЮ**

**для организации горячего питания обучающихся**

**в общеобразовательных организациях на территории Ульяновской области**

Таблица 1.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи,  наименование блюда | Масса, г | Пищевые вещества | | | Энерге-тичес-кая цен-ность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | |
| бел-ки, г | жи-ры, г | угле-воды, г | B1 | B2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 53-19з | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 0 | 0,01 | 45 | 0,13 | 0 | 1,5 | 3 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 | 0 | 0,1 | 0,28 |
| 54-1з | Сыр твёрдых сортов  в нарезке | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 35,8 | 0 | 0,03 | 26 | 0,1 | 0,07 | 81 | 8,8 | 88 | 3,5 | 50 | 0,1 | 0 | 1,45 | 0 |
| 54-16к | Каша «Дружба» | 220 | 5,5 | 6,5 | 26,4 | 185,8 | 0,08 | 0,15 | 29,88 | 0,07 | 0,58 | 369,33 | 172,38 | 151,02 | 29,79 | 136,07 | 0,57 | 54,87 | 4,5 | 34,23 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 299,4 | 55,8 | 12 | 8,4 | 39 | 0,66 | 1,92 | 3,6 | 8,7 |
| Итого за завтрак | | 500 | 17,2 | 20,8 | 68,5 | 528,7 | 0,19 | 0,37 | 118,13 | 0,3 | 1,33 | 801,18 | 460,31 | 421,1 | 76,01 | 358,35 | 2,44 | 68,49 | 11,94 | 81,46 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 60 | 0,6 | 0,1 | 2 | 11,6 | 0,03 | 0,03 | 61,9 | 0 | 13,5 | 3,98 | 145,3 | 16 | 11,9 | 22,3 | 0,49 | 1,59 | 0,21 | 15,7 |
| 113 | Суп-лапша домашняя | 200 | 5,7 | 7,2 | 12,1 | 135,9 | 0,04 | 0,04 | 14,45 | 0,09 | 0,46 | 14,84 | 65,09 | 10,57 | 6,87 | 51,53 | 0,6 | 2,07 | 2,07 | 33,34 |
| 302-У | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,8 | 7 | 33,9 | 229,4 | 0,2 | 0,11 | 22,38 | 0,1 | 0 | 30,83 | 207,01 | 13,56 | 113,18 | 170,61 | 3,81 | 2,15 | 3,33 | 15,17 |
| 268-У | Биточки «Детские», тушённые с овощами | 90 | 16,6 | 16,6 | 21,8 | 303,4 | 0,12 | 0,21 | 131,38 | 1,11 | 4,75 | 157,37 | 349,85 | 104,34 | 31,49 | 195,6 | 3,21 | 17,53 | 4,44 | 61,7 |
| 343-У | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 | 0,01 | 0,02 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,38 | 14,99 | 15,25 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 34,5 | 31,6 | 102,4 | 832,7 | 0,49 | 0,45 | 248,77 | 1,3 | 35,33 | 415,93 | 1040,29 | 221,35 | 201,93 | 530,29 | 10,63 | 25,9 | 13,03 | 142,81 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 342-У | Компот из консервированных плодов | 200 | 0,4 | 0 | 29,5 | 119,6 | 0,01 | 0,01 | 11,7 | 0 | 0,54 | 7,98 | 90,89 | 29,04 | 5,22 | 9,14 | 0,26 | 0 | 0 | 0 |
| 410-У | Ватрушка с творогом | 100 | 10,8 | 5,4 | 41,9 | 259,9 | 0,08 | 0,1 | 21,71 | 0,07 | 0,08 | 71,16 | 96,7 | 59,4 | 14,76 | 105,7 | 0,79 | 4,17 | 10,72 | 23,1 |
| Итого за полдник | | 300 | 11,2 | 5,4 | 71,4 | 379,5 | 0,09 | 0,11 | 33,41 | 0,07 | 0,62 | 79,14 | 187,59 | 88,44 | 19,98 | 114,84 | 1,05 | 4,17 | 10,72 | 23,1 |
| Итого за день | | 1550 | 62,9 | 57,8 | 242,3 | 1740,9 | 0,77 | 0,93 | 400,31 | 1,67 | 37,28 | 1296,25 | 1688,19 | 730,89 | 297,92 | 1003,48 | 14,12 | 98,56 | 35,69 | 247,37 |
| Вторник, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 330 | Соус сметанный | 30 | 0,8 | 2,4 | 2,3 | 33,9 | 0,01 | 0,02 | 11,39 | 0 | 0,06 | 50,01 | 25,61 | 22,91 | 2,48 | 15,11 | 0,07 | 2,06 | 0,29 | 4,04 |
| 54-23гн | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,2 | 86 | 0,03 | 0,13 | 13,29 | 0 | 0,52 | 38,55 | 183,98 | 148,32 | 30,67 | 106,79 | 1,06 | 9 | 1,76 | 20 |
| 394-У | Вареники с картофелем | 120 | 5,8 | 8,7 | 32,1 | 229,7 | 0,1 | 0,08 | 26,62 | 0,16 | 4,32 | 109,59 | 298,34 | 40,28 | 19,11 | 81,75 | 0,98 | 5,74 | 3,43 | 32,87 |
| Пром. | Яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | 0,04 | 0,02 | 6 | 0 | 12 | 31,2 | 333,6 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 2,4 | 0,36 | 9,6 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за завтрак | | 500 | 13,3 | 14,7 | 72,2 | 473,2 | 0,21 | 0,26 | 57,3 | 0,16 | 16,9 | 379,05 | 869,43 | 236,71 | 67,26 | 236,35 | 5,08 | 20,16 | 7,64 | 70,86 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,2 | 12,5 | 0,02 | 0,02 | 29,2 | 0 | 16 | 4,8 | 146,2 | 17 | 10 | 19,8 | 0,42 | 1,6 | 0,2 | 9,4 |
| 82-У | Борщ со свежей капустой  и картофелем | 200 | 5,1 | 4,5 | 10,8 | 103,9 | 0,04 | 0,04 | 130,23 | 0 | 8,53 | 19,35 | 319,65 | 30,92 | 22,45 | 46,51 | 1,03 | 5,21 | 0,44 | 27,35 |
| 304-У | Рис отварной | 150 | 3,5 | 4,3 | 35,8 | 195,8 | 0,03 | 0,02 | 16,2 | 0,08 | 0 | 6,37 | 45,48 | 5,01 | 23,06 | 70,73 | 0,47 | 0,74 | 7,1 | 26,67 |
| 295- У | Котлета куриная\* | 90 | 17,1 | 23,1 | 22,6 | 366,8 | 0,14 | 0,27 | 90,66 | 2 | 6,89 | 408,41 | 280,09 | 158,96 | 28,05 | 196,89 | 3,17 | 22,18 | 4,76 | 99,49 |
| 15 | Компот из яблок и вишни | 200 | 0,2 | 0,1 | 20,1 | 82,4 | 0,17 | 0,21 | 56,43 | 1,26 | 8,1 | 8,23 | 101,17 | 70,76 | 5,74 | 6,79 | 0,65 | 0,9 | 0,09 | 4,35 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 29,9 | 32,7 | 111,3 | 859,2 | 0,49 | 0,6 | 322,72 | 3,34 | 39,52 | 650,16 | 1010,09 | 297,15 | 112,8 | 415,72 | 7,69 | 32,83 | 15,34 | 179,26 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 342 | Компот из свежих плодов | 200 | 0,4 | 0 | 6,4 | 27,6 | 0,01 | 0,02 | 72,09 | 0 | 1,9 | 1,06 | 114,26 | 61,27 | 3,16 | 10,2 | 0,28 | 0,45 | 0,04 | 4,95 |
| 432,28 | Эчпочмак | 100 | 8,6 | 6,8 | 33,4 | 229,4 | 0,09 | 0,07 | 12,5 | 0,02 | 2,31 | 309,73 | 237,19 | 21,58 | 16,84 | 90,51 | 1,23 | 44,21 | 2,61 | 32,84 |
| Итого за полдник | | 300 | 9 | 6,8 | 39,8 | 257 | 0,1 | 0,09 | 84,59 | 0,02 | 4,21 | 310,79 | 351,45 | 82,85 | 20 | 100,71 | 1,51 | 44,66 | 2,65 | 37,79 |
| Итого за день | | 1550 | 52,2 | 54,2 | 223,3 | 1589,4 | 0,8 | 0,95 | 464,61 | 3,52 | 60,63 | 1340 | 2230,97 | 616,71 | 200,06 | 752,78 | 14,28 | 97,65 | 25,63 | 287,91 |
| Среда, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Салат из моркови с яблоками\* | 50 | 0,5 | 1,6 | 6,2 | 41,1 | 0,03 | 0,03 | 700,66 | 0 | 4,29 | 10,69 | 106,43 | 12,84 | 14,58 | 20,78 | 0,54 | 2 | 0,08 | 20,25 |
| 219- У | Сырники творожные | 150 | 29,7 | 13,4 | 22,6 | 329,9 | 0,07 | 0,31 | 36,48 | 0,14 | 0,27 | 48,98 | 155,67 | 201,51 | 30,8 | 285,8 | 0,85 | 13,74 | 38,52 | 51,59 |
| 330 | Соус сладкий сметанный | 50 | 1,6 | 4,4 | 6,9 | 73,6 | 0,02 | 0,05 | 23,16 | 0 | 0,18 | 87,91 | 58,1 | 48,49 | 5,74 | 36,55 | 0,13 | 4,55 | 0,78 | 10,17 |
| 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 | 0 | 0,02 | 1,08 | 0 | 1,8 | 2,13 | 56,27 | 11,6 | 9,28 | 17,38 | 1,68 | 0 | 0,02 | 0,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 500 | 36 | 19,9 | 65,5 | 585,5 | 0,18 | 0,43 | 761,38 | 0,14 | 6,54 | 399,21 | 422,97 | 284,44 | 67,4 | 393,01 | 3,75 | 21,89 | 42,4 | 89,66 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50,08 | Салат из свёклы с сыром | 60 | 4,3 | 7,5 | 4,6 | 102,6 | 0,02 | 0,07 | 40,04 | 0,14 | 5,31 | 145,42 | 162,96 | 151,24 | 16,69 | 97,42 | 0,88 | 3,64 | 2,54 | 10,4 |
| 87-У | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 4,4 | 5,3 | 6,8 | 92,6 | 0,04 | 0,03 | 121,01 | 0 | 8 | 5,79 | 225,49 | 19,52 | 13,66 | 30,12 | 0,48 | 2,94 | 0,18 | 18,78 |
| 54-1г | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 0,06 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 149,04 | 53,8 | 105,83 | 7,19 | 40,7 | 0,73 | 20,77 | 0,06 | 11,92 |
| 280-У | Фрикадельки «Школьные»  в соусе | 90 | 8,5 | 11 | 13,1 | 185,3 | 0,06 | 0,12 | 30,11 | 0,76 | 2,59 | 66,05 | 173,77 | 82,3 | 14,21 | 101,89 | 1,63 | 11,17 | 1,91 | 27,51 |
| 639 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 25,1 | 102 | 0,07 | 0,08 | 33,6 | 0,5 | 2,42 | 0,08 | 0,25 | 39,72 | 1,69 | 3,45 | 0,08 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 26,2 | 29,3 | 102,2 | 777,1 | 0,34 | 0,36 | 243,12 | 1,49 | 18,32 | 569,38 | 733,77 | 413,11 | 76,94 | 348,58 | 5,75 | 40,72 | 7,44 | 80,61 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 406 | Пирожок с фруктовой начинкой | 100 | 5,3 | 3,4 | 43,4 | 225,4 | 0,07 | 0,05 | 21,85 | 0,07 | 0,72 | 13,68 | 126,59 | 28,94 | 10,94 | 56,14 | 1,07 | 2,93 | 3,33 | 15,09 |
| Пром. | Сок абрикосовый | 200 | 1 | 0 | 25,4 | 105,6 | 0,04 | 0,08 | 434 | 0 | 8 | 4 | 490 | 40 | 20 | 36 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за полдник | | 300 | 6,3 | 3,4 | 68,8 | 331 | 0,11 | 0,13 | 455,85 | 0,07 | 8,72 | 17,68 | 616,59 | 68,94 | 30,94 | 92,14 | 1,47 | 2,93 | 3,33 | 15,09 |
| Итого за день | | 1550 | 68,5 | 52,6 | 236,5 | 1693,6 | 0,63 | 0,92 | 1460,35 | 1,7 | 33,58 | 986,27 | 1773,33 | 766,49 | 175,28 | 833,73 | 10,97 | 65,54 | 53,17 | 185,36 |
| Четверг, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша вязкая молочная овсяная | 200 | 7,9 | 11,6 | 33,7 | 270,6 | 0,17 | 0,16 | 40,2 | 0,13 | 0,52 | 45,87 | 244,31 | 127,93 | 61,56 | 206,47 | 1,5 | 11,64 | 13,04 | 40,08 |
| 381 | Кофейный напиток | 200 | 0,5 | 0,3 | 5,6 | 26,7 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,24 | 25,2 | 63,96 | 7,4 | 11,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 50,23 | Лепёшка с сыром | 100 | 9,6 | 7,2 | 40,8 | 266,2 | 0,09 | 0,07 | 35,1 | 0,23 | 0,03 | 99,48 | 87,25 | 92,86 | 13,43 | 108,32 | 0,94 | 2,22 | 6,29 | 17,34 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 0,02 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 99,8 | 18,6 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 | 0,64 | 1,2 | 2,9 |
| Итого за завтрак | | 520 | 19,5 | 19,3 | 89,9 | 610,4 | 0,28 | 0,24 | 75,34 | 0,36 | 0,55 | 245,39 | 375,36 | 288,75 | 85,19 | 339,19 | 3,06 | 14,5 | 20,53 | 60,32 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Овощи натуральные, порционно, кукуруза | 60 | 1,2 | 0,2 | 6,1 | 31,3 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 1,15 | 182,4 | 0 | 2,64 | 0 | 26,1 | 0,21 | 0 | 0 | 0 |
| 99-У | Суп овощной | 200 | 5,2 | 4,5 | 9 | 97,3 | 0,06 | 0,08 | 212,81 | 0 | 11,24 | 613,4 | 390,2 | 41,03 | 30,26 | 52,37 | 1,21 | 86,4 | 0,43 | 30,5 |
| 54-11г | Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 5,3 | 19,8 | 139,4 | 0,12 | 0,11 | 23,8 | 0,09 | 10,2 | 161,78 | 624,83 | 39,49 | 28,23 | 84,47 | 1,03 | 28,46 | 0,78 | 42,79 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными | 90 | 14,1 | 18,6 | 19,6 | 302,3 | 0,1 | 0,17 | 123,3 | 1,11 | 5,17 | 277,41 | 312,84 | 86,12 | 28,49 | 170,83 | 2,87 | 45,38 | 2,93 | 57,69 |
| 54-7хн | Компот из смородины | 200 | 0,3 | 0,1 | 8,4 | 35,5 | 0,01 | 0,01 | 3,06 | 0 | 24 | 7,35 | 87,32 | 61,37 | 8,09 | 8,61 | 0,36 | 0,3 | 0,29 | 5,1 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 27 | 29,3 | 89,6 | 730,3 | 0,49 | 0,56 | 395,91 | 2,04 | 33,56 | 1438,26 | 1475,15 | 187,58 | 114,4 | 411,64 | 7,44 | 162,46 | 6,92 | 145,98 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-3гн | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 0 | 0,01 | 0,38 | 0 | 1,16 | 1,26 | 30,23 | 67 | 4,56 | 8,52 | 0,77 | 0,01 | 0,02 | 0,7 |
| 406 | Пирожок с зелёным луком и яйцом | 100 | 9,7 | 6,7 | 38,9 | 254,5 | 0,09 | 0,16 | 95,65 | 0,7 | 2,43 | 212,68 | 147,56 | 50,08 | 15,3 | 105,85 | 1,47 | 31,71 | 11,23 | 43,88 |
| Итого за полдник | | 300 | 9,9 | 6,8 | 45,5 | 282,4 | 0,09 | 0,17 | 96,03 | 0,7 | 3,59 | 213,94 | 177,79 | 117,08 | 19,86 | 114,37 | 2,24 | 31,72 | 11,25 | 44,58 |
| Итого за день | | 1570 | 56,4 | 55,4 | 225 | 1623,1 | 0,86 | 0,97 | 567,28 | 3,1 | 37,7 | 1897,59 | 2028,3 | 593,41 | 219,45 | 865,2 | 12,74 | 208,68 | 38,7 | 250,88 |
| Пятница, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-1о | Омлет натуральный | 150 | 12,7 | 18 | 3,2 | 225,5 | 0,06 | 0,41 | 182,79 | 2,18 | 0,3 | 249,63 | 180,08 | 109,5 | 16,75 | 202,67 | 2,09 | 41,65 | 26,05 | 62,63 |
| 23 | Чай витаминизированный | 200 | 0,5 | 0,1 | 4,6 | 21,1 | 0 | 0,02 | 0,73 | 0 | 3,69 | 1,6 | 50,58 | 78,65 | 8,57 | 15,09 | 1,49 | 0 | 0,04 | 0 |
| Пром. | Банан | 130 | 2 | 0,7 | 27,3 | 122,9 | 0,05 | 0,07 | 26 | 0 | 13 | 40,3 | 452,4 | 10,4 | 54,6 | 36,4 | 0,78 | 0,07 | 1,3 | 2,86 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 530 | 19 | 19,2 | 59,7 | 486,7 | 0,17 | 0,52 | 209,52 | 2,18 | 16,99 | 541,03 | 729,56 | 208,55 | 86,92 | 286,66 | 4,91 | 43,32 | 30,39 | 72,74 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,2 | 12,5 | 0,02 | 0,02 | 29,2 | 0 | 16 | 4,8 | 146,2 | 17 | 10 | 19,8 | 0,42 | 1,6 | 0,2 | 9,4 |
| 54-6г | Рис отварной | 150 | 3,6 | 4,8 | 36,4 | 203,5 | 0,03 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 152,8 | 46,55 | 106,65 | 23,59 | 72,57 | 0,49 | 20,76 | 7,24 | 27,19 |
| 392,32-У | Пельмени «Детские» отварные с бульоном\* | 200 | 18 | 18,7 | 30,9 | 364,3 | 0,18 | 0,17 | 77,4 | 0,92 | 5,89 | 201,88 | 292,21 | 78,15 | 27,27 | 169,79 | 2,65 | 32,65 | 4,54 | 61,33 |
| 234-У | Котлеты рыбные, запечённые под сметанно-луковым соусом | 90 | 15,3 | 10,9 | 23,7 | 254,5 | 0,13 | 0,18 | 52,12 | 1,77 | 4,33 | 173,3 | 334,92 | 117,72 | 33,65 | 207,9 | 1,93 | 102,61 | 19,14 | 475,28 |
| 343-У | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 | 0,01 | 0,02 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,38 | 14,99 | 15,25 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 41,4 | 35,2 | 125,8 | 987,2 | 0,46 | 0,45 | 195,74 | 2,78 | 42,84 | 741,69 | 1092,92 | 396,4 | 133 | 560,31 | 8,01 | 160,18 | 34,1 | 590,1 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 401-У | Оладьи «Домашние» с маслом сливочным | 150 | 10,1 | 15,3 | 50,3 | 379,2 | 0,12 | 0,14 | 28,08 | 0,13 | 0,39 | 63,53 | 179,35 | 94,08 | 20,52 | 126,86 | 0,96 | 12,53 | 6,03 | 32,85 |
| Пром. | Ряженка 2,5 % | 150 | 4,4 | 3,8 | 6,3 | 76,4 | 0,03 | 0,2 | 33 | 0 | 0,45 | 75 | 219 | 186 | 21 | 138 | 0,15 | 13,5 | 1,5 | 30 |
| Итого за полдник | | 300 | 14,5 | 19,1 | 56,6 | 455,6 | 0,15 | 0,34 | 61,08 | 0,13 | 0,84 | 138,53 | 398,35 | 280,08 | 41,52 | 264,86 | 1,11 | 26,03 | 7,53 | 62,85 |
| Итого за день | | 1580 | 74,9 | 73,5 | 242,1 | 1929,5 | 0,78 | 1,31 | 466,34 | 5,09 | 60,67 | 1421,25 | 2220,83 | 885,03 | 261,44 | 1111,83 | 14,03 | 229,53 | 72,02 | 725,69 |
| Суббота, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 53-19з | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 0 | 0,01 | 45 | 0,13 | 0 | 1,5 | 3 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 | 0 | 0,1 | 0,28 |
| 54-1з | Сыр твёрдых сортов в нарезке | 15 | 3,5 | 4,4 | 0 | 53,7 | 0,01 | 0,05 | 39 | 0,14 | 0,11 | 121,5 | 13,2 | 132 | 5,25 | 75 | 0,15 | 0 | 2,18 | 0 |
| 2,35 | Каша молочная манная  с маслом сливочным | 220 | 6,9 | 6,9 | 32,3 | 219,1 | 0,07 | 0,16 | 32,63 | 0,08 | 0,64 | 155,88 | 189,31 | 138,06 | 20,7 | 124,65 | 0,45 | 25,67 | 2,2 | 31,95 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 55 | 4,2 | 0,4 | 27,1 | 128,9 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 274,45 | 51,15 | 11 | 7,7 | 35,75 | 0,61 | 1,76 | 3,3 | 7,98 |
| Итого за завтрак | | 500 | 19,4 | 22,5 | 72 | 568,2 | 0,18 | 0,4 | 133,88 | 0,35 | 1,43 | 603,28 | 476,99 | 451,14 | 67,97 | 368,68 | 2,32 | 39,13 | 10,07 | 78,46 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-3с | Рассольник «Ленинградский» | 200 | 4,8 | 5,8 | 13,6 | 125,5 | 0,06 | 0,05 | 103,93 | 0 | 5,54 | 196,79 | 334,95 | 21,08 | 19,71 | 51,39 | 0,71 | 16,6 | 0,75 | 28,28 |
| 171 | Каша рассыпчатая пшённая | 150 | 6,3 | 4,9 | 35,2 | 209,7 | 0,18 | 0,02 | 14,54 | 0,07 | 0 | 19,2 | 102,83 | 52,01 | 41,92 | 118,88 | 1,38 | 2,61 | 1,42 | 16,38 |
| 239,44 Ш | Закуска: «Рыба, тушённая в томате, с овощами» | 60 | 11,7 | 8,8 | 10,3 | 167,5 | 0,09 | 0,11 | 160,99 | 1,33 | 5,16 | 193,03 | 301,44 | 71,91 | 28,82 | 163,88 | 1,27 | 115,25 | 14,39 | 473,39 |
| 267,71-У | Шницель «Тотоша», запечённый с овощами\* | 90 | 18,7 | 21,5 | 17 | 336,3 | 0,12 | 0,25 | 96,78 | 1,58 | 5,03 | 185,31 | 342,77 | 199,03 | 30,88 | 236,56 | 3,44 | 20,51 | 4,92 | 53,07 |
| 12 | Напиток из шиповника | 200 | 0,6 | 0,2 | 10,6 | 47,2 | 0,01 | 0,05 | 98,04 | 0 | 80 | 1,69 | 8,35 | 72,2 | 2,96 | 2,96 | 0,53 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 45,4 | 41,8 | 106,5 | 984 | 0,55 | 0,52 | 474,28 | 2,98 | 95,73 | 799,02 | 1207,84 | 430,73 | 147,79 | 648,67 | 9,28 | 157,17 | 24,23 | 583,12 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | Напиток абрикосовый | 200 | 0,3 | 0 | 8,9 | 36,8 | 0,01 | 0,02 | 48,08 | 0 | 1,72 | 0,78 | 77,45 | 8,69 | 2,22 | 6,89 | 0,21 | 0,3 | 0,03 | 3,3 |
| 432,28 | Эчпочмак | 100 | 8,6 | 6,8 | 33,4 | 229,4 | 0,09 | 0,07 | 12,5 | 0,02 | 2,31 | 309,73 | 237,19 | 21,58 | 16,84 | 90,51 | 1,23 | 44,21 | 2,61 | 32,84 |
| Итого за полдник | | 300 | 8,9 | 6,8 | 42,3 | 266,2 | 0,1 | 0,09 | 60,58 | 0,02 | 4,03 | 310,51 | 314,64 | 30,27 | 19,06 | 97,4 | 1,44 | 44,51 | 2,64 | 36,14 |
| Итого за день | | 1550 | 73,7 | 71,1 | 220,8 | 1818,4 | 0,83 | 1,01 | 668,74 | 3,35 | 101,19 | 1712,81 | 1999,47 | 912,14 | 234,82 | 1114,75 | 13,04 | 240,81 | 36,94 | 697,72 |
| Понедельник, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102,20 | Салат-коктейль фруктовый | 100 | 0,7 | 0,3 | 12 | 53,4 | 0,04 | 0,03 | 6,53 | 0 | 36,29 | 19,59 | 239,19 | 26,43 | 11,15 | 17,12 | 1,27 | 2 | 0,41 | 12,5 |
| 377 | Чай фруктовый | 200 | 0,6 | 0,2 | 7 | 32,4 | 0,01 | 0,03 | 6,05 | 0 | 41,45 | 8,59 | 130,95 | 82,2 | 16,1 | 24,95 | 1,98 | 0,22 | 0,23 | 3,55 |
| 396 | Блины со сгущённым молоком | 200 | 15,6 | 13,7 | 87,5 | 535,5 | 0,23 | 0,38 | 44,02 | 0 | 2,01 | 111,02 | 431,31 | 272,99 | 44,41 | 274,11 | 1,32 | 15,32 | 8,58 | 55,78 |
| Итого за завтрак | | 500 | 16,9 | 14,2 | 106,5 | 621,3 | 0,28 | 0,44 | 56,6 | 0 | 79,75 | 139,2 | 801,45 | 381,62 | 71,66 | 316,18 | 4,57 | 17,54 | 9,22 | 71,83 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 52,00 | Салат из свёклы с маслом растительным | 60 | 0,9 | 2,5 | 5,3 | 46,8 | 0,01 | 0,02 | 1,2 | 0 | 6 | 259,86 | 172,85 | 24,41 | 13,33 | 26,3 | 0,86 | 28,2 | 0,42 | 12 |
| 54-1с | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 4,7 | 5,6 | 5,7 | 92,2 | 0,02 | 0,03 | 104,95 | 0 | 10,76 | 98,52 | 184 | 37,48 | 13,13 | 30,97 | 0,48 | 15,25 | 0,34 | 14,76 |
| 54-1г | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 0,06 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 149,04 | 53,8 | 105,83 | 7,19 | 40,7 | 0,73 | 20,77 | 0,06 | 11,92 |
| 299-У | Крокеты «Детские» | 90 | 19,3 | 16,9 | 21,3 | 315,1 | 0,14 | 0,27 | 235,9 | 1,43 | 25,81 | 336,32 | 426,54 | 125,01 | 35,97 | 226,81 | 3,81 | 47,84 | 3,82 | 71,24 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 21,6 | 88,1 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0,12 | 0,1 | 0,56 | 39,99 | 1,71 | 3,47 | 0,08 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 33,9 | 30,5 | 106,5 | 836,8 | 0,32 | 0,38 | 372,41 | 1,52 | 42,69 | 1046,84 | 955,25 | 347,22 | 94,83 | 403,25 | 7,91 | 114,26 | 7,39 | 121,92 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15-У | Компот из яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 6,7 | 29,1 | 0,01 | 0,01 | 1,35 | 0 | 1,8 | 8,91 | 103,91 | 6,39 | 3,52 | 4,31 | 0,87 | 0,9 | 0,12 | 3,6 |
| 456,31 | Пирожок печёный мясо-овощной | 100 | 11,6 | 7,9 | 41,9 | 284,9 | 0,13 | 0,09 | 19,19 | 0,04 | 9,87 | 104,11 | 240,1 | 32,47 | 20,23 | 118,91 | 1,62 | 12,36 | 4,11 | 34,43 |
| Итого за полдник | | 300 | 11,8 | 8,1 | 48,6 | 314 | 0,14 | 0,1 | 20,54 | 0,04 | 11,67 | 113,02 | 344,01 | 38,86 | 23,75 | 123,22 | 2,49 | 13,26 | 4,23 | 38,03 |
| Итого за день | | 1550 | 62,6 | 52,8 | 261,6 | 1772,1 | 0,74 | 0,92 | 449,55 | 1,56 | 134,11 | 1299,06 | 2100,71 | 767,7 | 190,24 | 842,65 | 14,97 | 145,06 | 20,84 | 231,78 |
| Вторник, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2,47-У | Каша пшённая молочная  с маслом сливочным | 200 | 7,1 | 9,7 | 32,3 | 245,5 | 0,15 | 0,14 | 40,92 | 0,13 | 0,52 | 130,47 | 193,84 | 142,9 | 41,12 | 162,19 | 1,06 | 22,8 | 2,8 | 31,48 |
| 381 | Кофейный напиток | 200 | 0,5 | 0,3 | 5,6 | 26,7 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,24 | 25,2 | 63,96 | 7,4 | 11,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 740.02-У | Шанежка наливная | 80 | 8 | 4,5 | 37,1 | 220,8 | 0,08 | 0,07 | 24,88 | 0,16 | 0,02 | 202,58 | 77,6 | 72,86 | 12,21 | 90,22 | 0,78 | 21,47 | 5 | 15,42 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 0,02 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 99,8 | 18,6 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 | 0,64 | 1,2 | 2,9 |
| Итого за завтрак | | 500 | 17,1 | 14,7 | 84,8 | 539,9 | 0,25 | 0,22 | 65,84 | 0,29 | 0,54 | 433,09 | 315,24 | 283,72 | 63,53 | 276,81 | 2,46 | 44,91 | 9 | 49,8 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 60 | 0,6 | 0,1 | 2 | 11,6 | 0,03 | 0,03 | 61,9 | 0 | 13,5 | 3,98 | 145,3 | 16 | 11,9 | 22,3 | 0,49 | 1,59 | 0,21 | 15,7 |
| 81-У | Свекольник | 250 | 5,7 | 7,8 | 12,1 | 141,7 | 0,03 | 0,04 | 140,21 | 0,05 | 9,28 | 375,65 | 255,4 | 40,85 | 21,15 | 40,51 | 1,06 | 4,54 | 0,47 | 22,58 |
| 391-У | Пельмени «Детские» отварные\* | 150 | 24,1 | 22,8 | 46,2 | 486,5 | 0,27 | 0,25 | 45,54 | 1,31 | 3,73 | 300,4 | 393,14 | 95,12 | 34,29 | 247,78 | 3,85 | 48,96 | 7,08 | 81,53 |
| 331 | Соус сметанно-томатный | 50 | 1,6 | 4,3 | 3,4 | 59 | 0,01 | 0,02 | 26,1 | 0,04 | 0,54 | 4,13 | 43,66 | 11,57 | 3,39 | 13,16 | 0,15 | 1,18 | 0,3 | 3,03 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,3 | 0 | 0,02 | 1,03 | 0 | 1,49 | 1,75 | 51,35 | 81,34 | 8,95 | 16,62 | 1,66 | 0 | 0,01 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 760 | 35,7 | 35,7 | 88,7 | 819,9 | 0,43 | 0,4 | 274,78 | 1,4 | 28,54 | 888,91 | 1006,35 | 259,38 | 103,18 | 415,37 | 9,16 | 58,47 | 10,82 | 134,84 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | Компот из яблок и вишни | 200 | 0,1 | 0,1 | 6,4 | 26,8 | 0 | 0 | 1,34 | 0 | 1,52 | 3,58 | 45,77 | 76,77 | 3,18 | 3,67 | 0,25 | 0,4 | 0,04 | 2,1 |
| 432,28 | Эчпочмак | 100 | 8,6 | 6,8 | 33,4 | 229,4 | 0,09 | 0,07 | 12,5 | 0,02 | 2,31 | 309,73 | 237,19 | 21,58 | 16,84 | 90,51 | 1,23 | 44,21 | 2,61 | 32,84 |
| Итого за полдник | | 300 | 8,7 | 6,9 | 39,8 | 256,2 | 0,09 | 0,07 | 13,84 | 0,02 | 3,83 | 313,31 | 282,96 | 98,35 | 20,02 | 94,18 | 1,48 | 44,61 | 2,65 | 34,94 |
| Итого за день | | 1560 | 61,5 | 57,3 | 213,3 | 1616 | 0,77 | 0,69 | 354,46 | 1,71 | 32,91 | 1635,31 | 1604,55 | 641,45 | 186,73 | 786,36 | 13,1 | 147,99 | 22,47 | 219,58 |
| Среда, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Молоко сгущённое | 30 | 2,2 | 2,6 | 16,7 | 98,2 | 0,02 | 0,11 | 14,1 | 0 | 0,3 | 39 | 109,5 | 92,1 | 10,2 | 65,7 | 0,06 | 2,1 | 0,9 | 10,5 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| 394-У | Вареники с творогом | 130 | 15,5 | 14,8 | 38,3 | 348,6 | 0,08 | 0,16 | 47,94 | 0,26 | 0,63 | 148,7 | 130,73 | 98,17 | 21,29 | 158,57 | 0,93 | 6,89 | 18,87 | 33,22 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 0,02 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 99,8 | 18,6 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 | 0,64 | 1,2 | 2,9 |
| Пром. | Яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | 0,04 | 0,02 | 6 | 0 | 12 | 31,2 | 333,6 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 2,4 | 0,36 | 9,6 |
| Итого за завтрак | | 500 | 24,4 | 21,6 | 89,1 | 647,4 | 0,2 | 0,46 | 85,29 | 0,26 | 13,61 | 368,65 | 812,76 | 381,15 | 79,41 | 380,75 | 4,94 | 23,73 | 23,62 | 94,47 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 0,05-У | Закуска овощная\* | 60 | 1 | 2,1 | 2,9 | 34,4 | 0,02 | 0,03 | 11,67 | 0 | 26,1 | 85 | 175,79 | 30,62 | 9,54 | 18,33 | 0,37 | 9,73 | 0,18 | 7,7 |
| 102-У | Суп картофельный с горохом | 200 | 7,3 | 4,7 | 15 | 131,9 | 0,14 | 0,05 | 109,01 | 0 | 4,13 | 8,87 | 339,66 | 25,65 | 27,44 | 76,32 | 1,39 | 3,71 | 1,99 | 27,53 |
| 54-26г | Рис с овощами | 150 | 3,2 | 5,7 | 26 | 167,8 | 0,04 | 0,03 | 268,68 | 0 | 1,33 | 240,26 | 93,2 | 17,35 | 26,16 | 67,46 | 0,57 | 21,56 | 4,64 | 31,3 |
| 23-У | Наггетсы «Детские»\* | 90 | 17,7 | 17 | 17,2 | 293 | 0,11 | 0,21 | 71,55 | 1,1 | 3,76 | 244,56 | 229,62 | 88,21 | 24,73 | 178,83 | 2,54 | 13,54 | 5,36 | 110,76 |
| 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 | 0 | 0,02 | 1,08 | 0 | 1,8 | 2,13 | 56,27 | 11,6 | 9,28 | 17,38 | 1,68 | 0 | 0,02 | 0,4 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 32,9 | 30,2 | 86,1 | 748,6 | 0,4 | 0,38 | 461,99 | 1,1 | 37,12 | 783,82 | 1012,04 | 187,93 | 120,65 | 433,32 | 8,5 | 50,74 | 14,94 | 189,69 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 338 | Компот из яблок и лимона | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,2 | 26,4 | 0,01 | 0,01 | 0,89 | 0 | 2,92 | 5,97 | 74,02 | 7,81 | 3,21 | 4,69 | 0,55 | 0,51 | 0,11 | 3,2 |
| 406 | Пирожок с фруктовой начинкой | 100 | 5,3 | 3,4 | 43,4 | 225,4 | 0,07 | 0,05 | 21,85 | 0,07 | 0,72 | 13,68 | 126,59 | 28,94 | 10,94 | 56,14 | 1,07 | 2,93 | 3,33 | 15,09 |
| Итого за полдник | | 300 | 5,5 | 3,5 | 49,6 | 251,8 | 0,08 | 0,06 | 22,74 | 0,07 | 3,64 | 19,65 | 200,61 | 36,75 | 14,15 | 60,83 | 1,62 | 3,44 | 3,44 | 18,29 |
| Итого за день | | 1550 | 62,8 | 55,3 | 224,8 | 1647,8 | 0,68 | 0,9 | 570,02 | 1,43 | 54,37 | 1172,12 | 2025,41 | 605,83 | 214,21 | 874,9 | 15,06 | 77,91 | 42 | 302,45 |
| Четверг, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-32з | Морковь в нарезке | 60 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 20,2 | 0,04 | 0,04 | 1200 | 0 | 3 | 12,6 | 120 | 16,2 | 22,8 | 33 | 0,42 | 3 | 0,06 | 33 |
| 54-1г | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 0,06 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 149,04 | 53,8 | 105,83 | 7,19 | 40,7 | 0,73 | 20,77 | 0,06 | 11,92 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными\* | 60 | 9,4 | 12,4 | 13,1 | 201,5 | 0,07 | 0,11 | 82,2 | 0,74 | 3,44 | 184,94 | 208,56 | 57,41 | 18,99 | 113,89 | 1,92 | 30,25 | 1,96 | 38,46 |
| 54-19гн | Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками | 200 | 0,3 | 0,1 | 1,6 | 8,6 | 0 | 0,01 | 2,28 | 0 | 1,24 | 3,18 | 58,33 | 64,71 | 6,8 | 11,25 | 0,92 | 0,26 | 0,03 | 1,44 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | 0,04 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 199,6 | 37,2 | 8 | 5,6 | 26 | 0,44 | 1,28 | 2,4 | 5,8 |
| Итого за завтрак | | 510 | 19,1 | 17,9 | 76,7 | 544,7 | 0,22 | 0,21 | 1306,61 | 0,83 | 47,89 | 554,77 | 550,51 | 269,64 | 70,68 | 238,54 | 5,49 | 55,52 | 4,71 | 92,73 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,1 | 3,7 | 31,2 | 186,3 | 0,19 | 0,1 | 8,82 | 0,04 | 0 | 30,15 | 190 | 11,62 | 104,48 | 156,34 | 3,51 | 1,98 | 3,04 | 13,88 |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 5,4 | 5,5 | 15,5 | 133,3 | 0,07 | 0,04 | 97,94 | 0 | 5,28 | 4,83 | 316,53 | 11,05 | 16,81 | 45,61 | 0,72 | 3,98 | 0,18 | 27,44 |
| 54-6о | Яйцо варёное | 20 | 2,4 | 2 | 0,1 | 28,3 | 0,01 | 0,07 | 31,2 | 0,44 | 0 | 20,37 | 23,24 | 9,68 | 2,09 | 33,41 | 0,44 | 4 | 5,4 | 11 |
| 280-У | Фрикадельки «Детские»\* | 90 | 10,1 | 13,2 | 14,2 | 215,7 | 0,08 | 0,14 | 125,18 | 0,89 | 3,77 | 68,19 | 230,99 | 79,64 | 20,08 | 122,86 | 2,04 | 12,61 | 2,03 | 38,31 |
| 519,01 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 25,3 | 104,4 | 0,12 | 0,16 | 54,66 | 0,84 | 20,52 | 5,93 | 155,38 | 16,02 | 14,96 | 15,23 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 710 | 28,8 | 25,1 | 106,1 | 765,8 | 0,56 | 0,55 | 317,8 | 2,21 | 29,57 | 332,47 | 1033,64 | 142,51 | 181,92 | 448,45 | 9,23 | 25,13 | 13,63 | 107,53 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 401-У | Оладьи «Домашние» с маслом сливочным | 150 | 10,1 | 15,3 | 50,3 | 379,2 | 0,12 | 0,14 | 28,08 | 0,13 | 0,39 | 63,53 | 179,35 | 94,08 | 20,52 | 126,86 | 0,96 | 12,53 | 6,03 | 32,85 |
| Пром. | Ряженка 2,5 % | 150 | 4,4 | 3,8 | 6,3 | 76,4 | 0,03 | 0,2 | 33 | 0 | 0,45 | 75 | 219 | 186 | 21 | 138 | 0,15 | 13,5 | 1,5 | 30 |
| Итого за полдник | | 300 | 14,5 | 19,1 | 56,6 | 455,6 | 0,15 | 0,34 | 61,08 | 0,13 | 0,84 | 138,53 | 398,35 | 280,08 | 41,52 | 264,86 | 1,11 | 26,03 | 7,53 | 62,85 |
| Итого за день | | 1520 | 62,4 | 62,1 | 239,4 | 1766,1 | 0,93 | 1,1 | 1685,49 | 3,17 | 78,3 | 1025,77 | 1982,5 | 692,23 | 294,12 | 951,85 | 15,83 | 106,68 | 25,87 | 263,11 |
| Пятница, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 219- У | Сырники творожные | 120 | 23,7 | 10,7 | 18,1 | 263,9 | 0,06 | 0,25 | 29,18 | 0,11 | 0,22 | 39,19 | 124,53 | 161,21 | 24,64 | 228,64 | 0,68 | 10,99 | 30,81 | 41,27 |
| 334-У | Соус ягодный сладкий | 50 | 0,2 | 0 | 10,1 | 41,7 | 0,01 | 0,01 | 40,09 | 0 | 2,03 | 0,77 | 66,27 | 18,25 | 2 | 6,53 | 0,19 | 0,25 | 0,03 | 2,75 |
| 430,0 | Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 15 | 62,4 | 0,08 | 0,11 | 31 | 0,42 | 5,2 | 1,74 | 49,9 | 10,1 | 8,8 | 16,5 | 1,67 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Апельсин | 120 | 1,1 | 0,2 | 9,7 | 45,4 | 0,05 | 0,04 | 9,6 | 0 | 72 | 15,6 | 236,4 | 40,8 | 15,6 | 27,6 | 0,36 | 2,4 | 0,6 | 20,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за завтрак | | 520 | 27,7 | 11,2 | 67,7 | 483,7 | 0,23 | 0,42 | 109,87 | 0,53 | 79,45 | 207 | 505 | 236,36 | 55,24 | 298,77 | 3,23 | 14,6 | 33,24 | 68,77 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,2 | 12,5 | 0,02 | 0,02 | 29,2 | 0 | 16 | 4,8 | 146,2 | 17 | 10 | 19,8 | 0,42 | 1,6 | 0,2 | 9,4 |
| 108 | Суп картофельный с клецками | 200 | 7,4 | 3,9 | 20,1 | 145,1 | 0,07 | 0,07 | 96,7 | 0,22 | 5,46 | 161,4 | 249,86 | 24,65 | 16,86 | 60,91 | 0,89 | 24,82 | 3,94 | 31,49 |
| 311-У | Картофель отварной | 150 | 4,1 | 5 | 24,2 | 158,1 | 0,14 | 0,14 | 22,14 | 0,07 | 12,23 | 51,81 | 762,95 | 62,2 | 35,58 | 112,23 | 1,23 | 11,55 | 1,19 | 54,14 |
| 267.66- У | Крокеты с кабачком\* | 90 | 12,3 | 17,3 | 15,3 | 266,3 | 0,15 | 0,17 | 149,91 | 1,18 | 5,43 | 57,23 | 244,82 | 85,87 | 22,23 | 139,45 | 2,15 | 13,73 | 3,03 | 75,06 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Пром. | Сок яблочный | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 4 | 12 | 240 | 14 | 8 | 14 | 2,8 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за обед | | 750 | 28,8 | 27,1 | 101,8 | 766,4 | 0,49 | 0,46 | 297,95 | 1,47 | 43,12 | 490,24 | 1761,33 | 218,22 | 116,17 | 421,39 | 9,44 | 53,9 | 11,11 | 182,09 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 345,27 | Компот из яблок и шиповника | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,7 | 28,5 | 0 | 0,01 | 24,81 | 0 | 20,4 | 2,42 | 25,25 | 4,12 | 1,52 | 1,7 | 0,33 | 0,2 | 0,03 | 0,8 |
| 406 | Пирожок с зелёным луком и яйцом | 100 | 9,7 | 6,7 | 38,9 | 254,5 | 0,09 | 0,16 | 95,65 | 0,7 | 2,43 | 212,68 | 147,56 | 50,08 | 15,3 | 105,85 | 1,47 | 31,71 | 11,23 | 43,88 |
| Итого за полдник | | 300 | 9,9 | 6,8 | 45,6 | 283 | 0,09 | 0,17 | 120,46 | 0,7 | 22,83 | 215,1 | 172,81 | 54,2 | 16,82 | 107,55 | 1,8 | 31,91 | 11,26 | 44,68 |
| Итого за день | | 1570 | 66,4 | 45,1 | 215,1 | 1533,1 | 0,81 | 1,05 | 528,28 | 2,7 | 145,4 | 912,34 | 2439,14 | 508,78 | 188,23 | 827,71 | 14,47 | 100,41 | 55,61 | 295,54 |
| Суббота, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Салат из моркови с яблоками\* | 60 | 0,6 | 1,9 | 7,4 | 49,3 | 0,03 | 0,03 | 840,79 | 0 | 5,15 | 12,82 | 127,71 | 15,41 | 17,49 | 24,93 | 0,64 | 2,4 | 0,1 | 24,3 |
| 222 | Пудинг из творога с рисом | 150 | 24 | 10,7 | 15,8 | 255,4 | 0,05 | 0,27 | 53,61 | 0,21 | 0,24 | 57,49 | 132,82 | 174,95 | 28,33 | 244,64 | 0,72 | 12,24 | 33,07 | 44,48 |
| 326 | Соус молочный сладкий | 50 | 1,8 | 2,9 | 9,7 | 72 | 0,02 | 0,06 | 12,69 | 0,03 | 0,23 | 17,54 | 60,34 | 48,93 | 6,18 | 39,63 | 0,11 | 4,13 | 1,08 | 10,17 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 510 | 34,9 | 19,4 | 70 | 594,3 | 0,2 | 0,54 | 924,34 | 0,24 | 6,3 | 387,3 | 587,7 | 416,97 | 93,32 | 471,98 | 3,11 | 32,07 | 39,54 | 124,45 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 33 | Салат «Дальневосточный» | 60 | 1 | 2,5 | 16,3 | 91,1 | 0,08 | 0,21 | 151,21 | 1,8 | 14,9 | 928,33 | 155,75 | 113,07 | 77,18 | 22,37 | 1,88 | 21433,94 | 1,95 | 8,98 |
| 99,21 | Суп овощной «Летний» | 200 | 4 | 2,9 | 6,8 | 69,1 | 0,05 | 0,05 | 166,06 | 0 | 18,1 | 485,41 | 252,9 | 23,65 | 19,09 | 34,15 | 0,84 | 67,78 | 0,28 | 20,67 |
| 54-12г | Каша пшённая рассыпчатая | 150 | 6,4 | 6,5 | 35,5 | 225,8 | 0,18 | 0,03 | 21,3 | 0,1 | 0 | 152,4 | 104,36 | 48,98 | 42,34 | 120,87 | 1,4 | 22,63 | 1,46 | 16,59 |
| 239-У | Тефтели из рыбы под соусом овощным | 90 | 19,2 | 11,5 | 24 | 276,3 | 0,14 | 0,16 | 149,89 | 1,69 | 4,17 | 241,87 | 425,2 | 102,84 | 43,48 | 259,51 | 1,68 | 161,88 | 23,29 | 716,22 |
| 15 | Напиток клюквенный | 200 | 0,1 | 0,1 | 6,5 | 26,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,8 | 0,27 | 29,78 | 3,8 | 3,92 | 2,87 | 0,17 | 0,02 | 0,03 | 3 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 34 | 24,1 | 108,9 | 787 | 0,54 | 0,49 | 488,46 | 3,59 | 38,97 | 2011,28 | 1085,49 | 306,84 | 209,51 | 514,77 | 7,92 | 21688,45 | 29,76 | 777,46 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 210-У | Омлет натуральный | 100 | 9,2 | 10,9 | 1,8 | 142,5 | 0,04 | 0,29 | 126,66 | 1,61 | 0,16 | 83,26 | 118,94 | 66,62 | 10,96 | 141,72 | 1,56 | 16,7 | 19,48 | 44,64 |
| 12 | Напиток из шиповника | 200 | 0,6 | 0,2 | 10,6 | 47,2 | 0,01 | 0,05 | 98,04 | 0 | 80 | 1,69 | 8,35 | 72,2 | 2,96 | 2,96 | 0,53 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за полдник | | 330 | 12,1 | 11,3 | 27,2 | 260 | 0,08 | 0,35 | 224,7 | 1,61 | 80,16 | 234,65 | 155,19 | 144,82 | 18,12 | 164,18 | 2,42 | 17,66 | 21,28 | 48,99 |
| Итого за день | | 1590 | 81 | 54,8 | 206,1 | 1641,3 | 0,82 | 1,38 | 1637,5 | 5,44 | 125,43 | 2633,23 | 1828,38 | 868,63 | 320,95 | 1150,93 | 13,45 | 21738,18 | 90,58 | 950,9 |

Таблица 2.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

| № рец. | Приём пищи,  наименование блюда | Масса | Пищевые вещества | | | Энергетичес-кая цен-ность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| бел-ки, г | жи-ры, г | угле-воды, г | B1 | B2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-1з | Сыр твёрдых сортов в нарезке | 20 | 4,6 | 5,9 | 0 | 71,7 | 0,01 | 0,06 | 52 | 0,19 | 0,14 | 162 | 17,6 | 176 | 7 | 100 | 0,2 | 0 | 2,9 | 0 |
| 53-19з | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 0 | 0,01 | 45 | 0,13 | 0 | 1,5 | 3 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 | 0 | 0,1 | 0,28 |
| 54-16к | Каша «Дружба» | 250 | 6,2 | 7,4 | 30 | 211,2 | 0,09 | 0,17 | 33,95 | 0,08 | 0,66 | 419,69 | 195,89 | 171,61 | 33,85 | 154,62 | 0,65 | 62,36 | 5,12 | 38,9 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 70 | 5,3 | 0,6 | 34,4 | 164,1 | 0,08 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 349,3 | 65,1 | 14 | 9,8 | 45,5 | 0,77 | 2,24 | 4,2 | 10,15 |
| Итого за завтрак | | 550 | 20,9 | 24,7 | 77 | 613,5 | 0,22 | 0,42 | 148,2 | 0,4 | 1,48 | 982,44 | 501,92 | 531,69 | 84,97 | 433,4 | 2,73 | 76,3 | 14,61 | 87,58 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,4 | 19,4 | 0,05 | 0,04 | 103,17 | 0 | 22,5 | 6,63 | 242,17 | 26,67 | 19,83 | 37,17 | 0,81 | 2,64 | 0,35 | 26,17 |
| 302-У | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,3 | 8,4 | 40,6 | 275,3 | 0,24 | 0,13 | 26,86 | 0,12 | 0 | 37 | 248,42 | 16,27 | 135,82 | 204,73 | 4,57 | 2,57 | 4 | 18,21 |
| 113 | Суп-лапша домашняя | 250 | 7,1 | 9 | 15,1 | 169,9 | 0,05 | 0,05 | 18,06 | 0,11 | 0,57 | 18,54 | 81,36 | 13,21 | 8,59 | 64,41 | 0,74 | 2,59 | 2,58 | 41,68 |
| 33,1 Ш | Биточки «Детские», тушённые с овощами | 90 | 16,3 | 16,2 | 15,5 | 273,2 | 0,09 | 0,19 | 82,8 | 0,74 | 4,06 | 126,75 | 328,49 | 89,69 | 28,9 | 186,85 | 2,82 | 14,78 | 3,38 | 60,88 |
| 343-У | Компот из фруктовой ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 | 0,01 | 0,02 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,38 | 14,99 | 15,25 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 880 | 38,3 | 34,6 | 111,2 | 909,8 | 0,54 | 0,48 | 249,55 | 0,97 | 43,75 | 438,43 | 1196,98 | 225,62 | 236,33 | 598,41 | 11,85 | 25,58 | 13,84 | 166,24 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | Яблоко печёное | 50 | 0,2 | 0,2 | 6,7 | 29,3 | 0,01 | 0,01 | 1,5 | 0 | 2 | 9,9 | 115,43 | 7,08 | 3,92 | 4,79 | 0,96 | 1 | 0,13 | 4 |
| 342-У | Компот из консервированных плодов | 200 | 0,4 | 0 | 29,5 | 119,6 | 0,01 | 0,01 | 11,7 | 0 | 0,54 | 7,98 | 90,89 | 29,04 | 5,22 | 9,14 | 0,26 | 0 | 0 | 0 |
| 410-У | Ватрушка с творогом | 100 | 10,8 | 5,4 | 41,9 | 259,9 | 0,08 | 0,1 | 21,71 | 0,07 | 0,08 | 71,16 | 96,7 | 59,4 | 14,76 | 105,7 | 0,79 | 4,17 | 10,72 | 23,1 |
| Итого за полдник | | 350 | 11,4 | 5,6 | 78,1 | 408,8 | 0,1 | 0,12 | 34,91 | 0,07 | 2,62 | 89,04 | 303,02 | 95,52 | 23,9 | 119,63 | 2,01 | 5,17 | 10,85 | 27,1 |
| Итого за день | | 1780 | 70,6 | 64,9 | 266,3 | 1932,1 | 0,86 | 1,02 | 432,66 | 1,44 | 47,85 | 1509,91 | 2001,92 | 852,83 | 345,2 | 1151,44 | 16,59 | 107,05 | 39,3 | 280,92 |
| Вторник, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 330 | Соус сметанный | 30 | 0,8 | 2,4 | 2,3 | 33,9 | 0,01 | 0,02 | 11,39 | 0 | 0,06 | 50,01 | 25,61 | 22,91 | 2,48 | 15,11 | 0,07 | 2,06 | 0,29 | 4,04 |
| 54-23гн | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,2 | 86 | 0,03 | 0,13 | 13,29 | 0 | 0,52 | 38,55 | 183,98 | 148,32 | 30,67 | 106,79 | 1,06 | 9 | 1,76 | 20 |
| 394-У | Вареники с картофелем | 150 | 7,2 | 10,9 | 40,1 | 287,1 | 0,12 | 0,1 | 33,28 | 0,2 | 5,4 | 136,99 | 372,93 | 50,35 | 23,89 | 102,18 | 1,23 | 7,18 | 4,29 | 41,09 |
| Пром. | Яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | 0,04 | 0,02 | 6 | 0 | 12 | 31,2 | 333,6 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 2,4 | 0,36 | 9,6 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 550 | 16,2 | 17,1 | 90 | 577,5 | 0,26 | 0,29 | 63,96 | 0,2 | 17,98 | 506,25 | 962,62 | 250,78 | 74,84 | 269,78 | 5,55 | 22,24 | 9,7 | 81,98 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 100 | 1,2 | 0,1 | 3,7 | 20,8 | 0,04 | 0,04 | 48,67 | 0 | 26,67 | 8 | 243,67 | 28,33 | 16,67 | 33 | 0,7 | 2,67 | 0,33 | 15,67 |
| 82-У | Борщ со свежей капустой и картофелем | 250 | 6,4 | 5,6 | 13,6 | 129,8 | 0,05 | 0,05 | 162,79 | 0 | 10,66 | 24,18 | 399,56 | 38,65 | 28,06 | 58,13 | 1,28 | 6,51 | 0,55 | 34,19 |
| 304-У | Рис отварной | 180 | 4,2 | 5,2 | 42,9 | 235 | 0,04 | 0,03 | 19,44 | 0,09 | 0 | 7,64 | 54,58 | 6,01 | 27,67 | 84,88 | 0,57 | 0,89 | 8,51 | 32 |
| 295- У | Котлета куриная\* | 100 | 19 | 25,7 | 25,1 | 407,6 | 0,16 | 0,3 | 100,73 | 2,22 | 7,66 | 453,79 | 311,21 | 176,62 | 31,17 | 218,77 | 3,52 | 24,64 | 5,29 | 110,54 |
| 15 | Компот из яблок и вишни | 200 | 0,1 | 0,1 | 6,4 | 26,8 | 0 | 0 | 1,34 | 0 | 1,52 | 3,58 | 45,77 | 76,77 | 3,18 | 3,67 | 0,25 | 0,4 | 0,04 | 2,1 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 35 | 37,4 | 129,2 | 993 | 0,56 | 0,68 | 388,06 | 3,57 | 53,09 | 745,44 | 1251,19 | 337,77 | 137,51 | 491,57 | 9,06 | 38,25 | 18,07 | 211,15 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 520,2 | Крокеты картофельные | 50 | 2,2 | 5,2 | 11,6 | 101,8 | 0,06 | 0,05 | 8,79 | 0,11 | 4,4 | 193,91 | 272,13 | 10,36 | 13,08 | 41,53 | 0,66 | 27,8 | 2,19 | 19,91 |
| 342 | Компот из свежих плодов | 200 | 0,4 | 0 | 6,4 | 27,6 | 0,01 | 0,02 | 72,09 | 0 | 1,9 | 1,06 | 114,26 | 61,27 | 3,16 | 10,2 | 0,28 | 0,45 | 0,04 | 4,95 |
| 432,28 | Эчпочмак | 100 | 8,6 | 6,8 | 33,4 | 229,4 | 0,09 | 0,07 | 12,5 | 0,02 | 2,31 | 309,73 | 237,19 | 21,58 | 16,84 | 90,51 | 1,23 | 44,21 | 2,61 | 32,84 |
| Итого за полдник | | 350 | 11,2 | 12 | 51,4 | 358,8 | 0,16 | 0,14 | 93,38 | 0,13 | 8,61 | 504,7 | 623,58 | 93,21 | 33,08 | 142,24 | 2,17 | 72,46 | 4,84 | 57,7 |
| Итого за день | | 1790 | 62,4 | 66,5 | 270,6 | 1929,3 | 0,98 | 1,11 | 545,4 | 3,9 | 79,68 | 1756,39 | 2837,39 | 681,76 | 245,43 | 903,59 | 16,78 | 132,95 | 32,61 | 350,83 |
| Среда, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Салат из моркови с яблоками\* | 60 | 0,6 | 1,9 | 7,4 | 49,3 | 0,03 | 0,03 | 840,79 | 0 | 5,15 | 12,82 | 127,71 | 15,41 | 17,49 | 24,93 | 0,64 | 2,4 | 0,1 | 24,3 |
| 219- У | Сырники творожные | 170 | 33,6 | 15,2 | 25,6 | 373,8 | 0,08 | 0,35 | 41,34 | 0,16 | 0,31 | 55,51 | 176,42 | 228,38 | 34,9 | 323,9 | 0,97 | 15,57 | 43,65 | 58,47 |
| 330 | Соус сладкий сметанный | 60 | 2 | 5,3 | 8,2 | 88,4 | 0,02 | 0,07 | 27,79 | 0 | 0,22 | 105,5 | 69,72 | 58,19 | 6,89 | 43,86 | 0,15 | 5,46 | 0,94 | 12,2 |
| 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 | 0 | 0,02 | 1,08 | 0 | 1,8 | 2,13 | 56,27 | 11,6 | 9,28 | 17,38 | 1,68 | 0 | 0,02 | 0,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 299,4 | 55,8 | 12 | 8,4 | 39 | 0,66 | 1,92 | 3,6 | 8,7 |
| Итого за завтрак | | 550 | 41,2 | 23 | 75,9 | 675,8 | 0,2 | 0,49 | 911 | 0,16 | 7,48 | 475,36 | 485,92 | 325,58 | 76,96 | 449,07 | 4,1 | 25,35 | 48,31 | 104,07 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50,08 | Салат из свёклы с сыром | 100 | 7,1 | 12,5 | 7,6 | 171 | 0,03 | 0,11 | 66,73 | 0,24 | 8,84 | 242,37 | 271,6 | 252,07 | 27,82 | 162,37 | 1,46 | 6,07 | 4,23 | 17,33 |
| 87-У | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 5,5 | 6,6 | 8,5 | 115,7 | 0,05 | 0,04 | 151,26 | 0 | 10 | 7,24 | 281,87 | 24,4 | 17,07 | 37,65 | 0,6 | 3,68 | 0,23 | 23,48 |
| 54-1г | Макароны отварные | 180 | 6,4 | 5,9 | 39,4 | 236,2 | 0,08 | 0,03 | 22,03 | 0,11 | 0 | 178,84 | 64,56 | 127 | 8,63 | 48,84 | 0,88 | 24,92 | 0,07 | 14,3 |
| 280-У | Фрикадельки «Школьные» в соусе | 90 | 8,5 | 11 | 13,1 | 185,3 | 0,06 | 0,12 | 30,11 | 0,76 | 2,59 | 66,05 | 173,77 | 82,3 | 14,21 | 101,89 | 1,63 | 11,17 | 1,91 | 27,51 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 21,6 | 88,1 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0,12 | 0,1 | 0,56 | 39,99 | 1,71 | 3,47 | 0,08 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 880 | 31,9 | 36,7 | 117,5 | 927,6 | 0,39 | 0,43 | 303,73 | 1,61 | 23,85 | 738,18 | 933,05 | 542,89 | 97,62 | 444,2 | 6,99 | 48,48 | 9,74 | 97,02 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102,20 | Фруктовая нарезка | 50 | 0,3 | 0,2 | 6 | 26,5 | 0,02 | 0,01 | 3,25 | 0 | 17,5 | 9,77 | 118,8 | 12,55 | 5,5 | 8,5 | 0,63 | 1 | 0,2 | 6,25 |
| 406 | Пирожок с фруктовой начинкой | 100 | 5,3 | 3,4 | 43,4 | 225,4 | 0,07 | 0,05 | 21,85 | 0,07 | 0,72 | 13,68 | 126,59 | 28,94 | 10,94 | 56,14 | 1,07 | 2,93 | 3,33 | 15,09 |
| Пром. | Сок яблочный | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 4 | 12 | 240 | 14 | 8 | 14 | 2,8 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за полдник | | 350 | 6,6 | 3,8 | 69,6 | 338,5 | 0,11 | 0,08 | 25,1 | 0,07 | 22,22 | 35,45 | 485,39 | 55,49 | 24,44 | 78,64 | 4,5 | 3,93 | 3,53 | 21,34 |
| Итого за день | | 1780 | 79,7 | 63,5 | 263 | 1941,9 | 0,7 | 1 | 1239,83 | 1,84 | 53,55 | 1248,99 | 1904,36 | 923,96 | 199,02 | 971,91 | 15,59 | 77,76 | 61,58 | 222,43 |
| Четверг, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша вязкая молочная овсяная | 220 | 8,7 | 12,8 | 37 | 297,7 | 0,19 | 0,18 | 44,22 | 0,14 | 0,57 | 50,45 | 268,74 | 140,73 | 67,72 | 227,12 | 1,65 | 12,8 | 14,34 | 44,09 |
| 381 | Кофейный напиток | 200 | 0,5 | 0,3 | 5,6 | 26,7 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,24 | 25,2 | 63,96 | 7,4 | 11,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 50,23 | Лепёшка с сыром | 100 | 9,6 | 7,2 | 40,8 | 266,2 | 0,09 | 0,07 | 35,1 | 0,23 | 0,03 | 99,48 | 87,25 | 92,86 | 13,43 | 108,32 | 0,94 | 2,22 | 6,29 | 17,34 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за завтрак | | 550 | 21,1 | 20,5 | 98,2 | 660,9 | 0,31 | 0,26 | 79,36 | 0,37 | 0,6 | 299,87 | 409,09 | 303,55 | 92,75 | 366,34 | 3,32 | 15,98 | 22,43 | 65,78 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Овощи натуральные, порционно, кукуруза | 100 | 2,1 | 0,4 | 10,2 | 52,2 | 0,01 | 0,04 | 0 | 0 | 1,92 | 304 | 0 | 4,4 | 0 | 43,5 | 0,35 | 0 | 0 | 0 |
| 99-У | Суп овощной | 250 | 6,5 | 5,6 | 11,3 | 121,6 | 0,08 | 0,1 | 266,01 | 0 | 14,05 | 766,75 | 487,75 | 51,28 | 37,82 | 65,47 | 1,51 | 108 | 0,53 | 38,13 |
| 520,08 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 180 | 4,3 | 13,1 | 25,1 | 235,4 | 0,15 | 0,16 | 57,7 | 0,23 | 12,54 | 732,2 | 786,96 | 75,78 | 37,04 | 121,35 | 1,34 | 108 | 1,37 | 56,18 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными | 100 | 15,6 | 20,7 | 21,8 | 335,9 | 0,11 | 0,19 | 137 | 1,23 | 5,74 | 308,23 | 347,6 | 95,69 | 31,65 | 189,81 | 3,19 | 50,42 | 3,26 | 64,1 |
| 54-7хн | Компот из смородины | 200 | 0,3 | 0,1 | 8,4 | 35,5 | 0,01 | 0,01 | 3,06 | 0 | 24 | 7,35 | 87,32 | 61,37 | 8,09 | 8,61 | 0,36 | 0,3 | 0,29 | 5,1 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 32,8 | 40,6 | 100,6 | 898 | 0,46 | 0,55 | 463,77 | 1,46 | 58,25 | 2362,13 | 1850,63 | 305,92 | 142,8 | 518,74 | 9,09 | 269,36 | 8,75 | 177,91 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3003,03 | Драники | 50 | 1,7 | 4 | 10,9 | 86,2 | 0,06 | 0,04 | 4,25 | 0,04 | 5,2 | 151,7 | 307,2 | 9,54 | 13,68 | 39,04 | 0,6 | 23,7 | 0,81 | 21,68 |
| 234,04 | Сметана порционно | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 16 | 0 | 0,01 | 10,7 | 0 | 0,04 | 4 | 11,6 | 8,8 | 0,9 | 6 | 0,02 | 0,9 | 0,04 | 1,4 |
| 377 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,5 | 0,1 | 5,4 | 24,4 | 0 | 0,02 | 1,16 | 0 | 3,4 | 2,57 | 62,79 | 83,2 | 9,76 | 18,26 | 1,7 | 0,01 | 0,03 | 0,8 |
| 406 | Пирожок с зелёным луком и яйцом | 100 | 9,7 | 6,7 | 38,9 | 254,5 | 0,09 | 0,16 | 95,65 | 0,7 | 2,43 | 212,68 | 147,56 | 50,08 | 15,3 | 105,85 | 1,47 | 31,71 | 11,23 | 43,88 |
| Итого за полдник | | 360 | 12,2 | 12,3 | 55,6 | 381,1 | 0,15 | 0,23 | 111,76 | 0,74 | 11,07 | 370,95 | 529,15 | 151,62 | 39,64 | 169,15 | 3,79 | 56,32 | 12,11 | 67,76 |
| Итого за день | | 1800 | 66,1 | 73,4 | 254,4 | 1940 | 0,92 | 1,04 | 654,89 | 2,57 | 69,92 | 3032,95 | 2788,87 | 761,09 | 275,19 | 1054,23 | 16,2 | 341,66 | 43,29 | 311,45 |
| Пятница, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-1о | Омлет натуральный | 200 | 16,9 | 24 | 4,3 | 300,7 | 0,09 | 0,54 | 243,72 | 2,91 | 0,4 | 332,84 | 240,11 | 146 | 22,33 | 270,22 | 2,79 | 55,54 | 34,74 | 83,5 |
| 23 | Чай витаминизированный | 200 | 0,5 | 0,1 | 4,6 | 21,1 | 0 | 0,02 | 0,73 | 0 | 3,69 | 1,6 | 50,58 | 78,65 | 8,57 | 15,09 | 1,49 | 0 | 0,04 | 0 |
| Пром. | Банан | 130 | 2 | 0,7 | 27,3 | 122,9 | 0,05 | 0,07 | 26 | 0 | 13 | 40,3 | 452,4 | 10,4 | 54,6 | 36,4 | 0,78 | 0,07 | 1,3 | 2,86 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 580 | 23,2 | 25,2 | 60,8 | 561,9 | 0,2 | 0,65 | 270,45 | 2,91 | 17,09 | 624,24 | 789,59 | 245,05 | 92,5 | 354,21 | 5,61 | 57,21 | 39,08 | 93,61 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 100 | 1,2 | 0,1 | 3,7 | 20,8 | 0,04 | 0,04 | 48,67 | 0 | 26,67 | 8 | 243,67 | 28,33 | 16,67 | 33 | 0,7 | 2,67 | 0,33 | 15,67 |
| 304-У | Рис отварной | 180 | 4,2 | 5,2 | 42,9 | 235 | 0,04 | 0,03 | 19,44 | 0,09 | 0 | 7,64 | 54,58 | 6,01 | 27,67 | 84,88 | 0,57 | 0,89 | 8,51 | 32 |
| 234-У | Котлеты рыбные, запечённые под сметанно-луковым соусом | 90 | 15,3 | 10,9 | 23,7 | 254,5 | 0,13 | 0,18 | 52,12 | 1,77 | 4,33 | 173,3 | 334,92 | 117,72 | 33,65 | 207,9 | 1,93 | 102,61 | 19,14 | 475,28 |
| 392,32-У | Пельмени «Детские» отварные с бульоном\* | 250 | 22,5 | 23,4 | 38,7 | 455,4 | 0,22 | 0,21 | 96,75 | 1,14 | 7,36 | 252,35 | 365,26 | 97,68 | 34,09 | 212,24 | 3,31 | 40,81 | 5,67 | 76,67 |
| 343-У | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 | 0,01 | 0,02 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,38 | 14,99 | 15,25 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 880 | 47,7 | 40,4 | 145,6 | 1137,7 | 0,54 | 0,53 | 235,64 | 3 | 54,98 | 690,8 | 1294,97 | 329,52 | 155,27 | 643,27 | 9,42 | 149,98 | 37,18 | 618,92 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 401-У | Оладьи «Домашние» с маслом сливочным | 150 | 10,1 | 15,3 | 50,3 | 379,2 | 0,12 | 0,14 | 28,08 | 0,13 | 0,39 | 63,53 | 179,35 | 94,08 | 20,52 | 126,86 | 0,96 | 12,53 | 6,03 | 32,85 |
| Пром. | Ряженка 2,5 % | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 101,8 | 0,04 | 0,26 | 44 | 0 | 0,6 | 100 | 292 | 248 | 28 | 184 | 0,2 | 18 | 2 | 40 |
| Итого за полдник | | 350 | 15,9 | 20,3 | 58,7 | 481 | 0,16 | 0,4 | 72,08 | 0,13 | 0,99 | 163,53 | 471,35 | 342,08 | 48,52 | 310,86 | 1,16 | 30,53 | 8,03 | 72,85 |
| Итого за день | | 1810 | 86,8 | 85,9 | 265,1 | 2180,6 | 0,9 | 1,58 | 578,17 | 6,04 | 73,06 | 1478,57 | 2555,91 | 916,65 | 296,29 | 1308,34 | 16,19 | 237,72 | 84,29 | 785,38 |
| Суббота, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-1з | Сыр твёрдых сортов в нарезке | 20 | 4,6 | 5,9 | 0 | 71,7 | 0,01 | 0,06 | 52 | 0,19 | 0,14 | 162 | 17,6 | 176 | 7 | 100 | 0,2 | 0 | 2,9 | 0 |
| 53-19з | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 0 | 0,01 | 45 | 0,13 | 0 | 1,5 | 3 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 | 0 | 0,1 | 0,28 |
| 2,35 | Каша молочная манная  с маслом сливочным | 250 | 7,9 | 7,9 | 36,7 | 249 | 0,08 | 0,19 | 37,08 | 0,09 | 0,72 | 177,13 | 215,13 | 156,89 | 23,52 | 141,65 | 0,52 | 29,17 | 2,51 | 36,31 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 70 | 5,3 | 0,6 | 34,4 | 164,1 | 0,08 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 349,3 | 65,1 | 14 | 9,8 | 45,5 | 0,77 | 2,24 | 4,2 | 10,15 |
| Итого за завтрак | | 550 | 22,6 | 25,2 | 83,7 | 651,3 | 0,21 | 0,44 | 151,33 | 0,41 | 1,54 | 739,88 | 521,16 | 516,97 | 74,64 | 420,43 | 2,6 | 43,11 | 12 | 84,99 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-3с | Рассольник «Ленинградский» | 250 | 5,9 | 7,2 | 17 | 156,9 | 0,08 | 0,06 | 129,92 | 0 | 6,93 | 245,99 | 418,69 | 26,35 | 24,64 | 64,24 | 0,89 | 20,75 | 0,94 | 35,35 |
| 53,27 | Каша пшённая рассыпчатая с маслом сливочным | 150 | 4,9 | 6,4 | 27,3 | 186,7 | 0,14 | 0,02 | 22,41 | 0,1 | 0 | 18,55 | 80,81 | 49,56 | 32,54 | 93,31 | 1,08 | 2,03 | 1,14 | 12,82 |
| 239,44 Ш | Закуска «Рыба, тушённая в томате, с овощами» | 100 | 19,5 | 14,7 | 17,2 | 279,2 | 0,16 | 0,18 | 268,31 | 2,21 | 8,6 | 321,71 | 502,4 | 119,85 | 48,04 | 273,13 | 2,11 | 192,08 | 23,98 | 788,98 |
| 267,71-У | Шницель «Тотоша», запечённый с овощами | 90 | 18,7 | 21,5 | 17 | 336,3 | 0,12 | 0,25 | 96,78 | 1,58 | 5,03 | 185,31 | 342,77 | 199,03 | 30,88 | 236,56 | 3,44 | 20,51 | 4,92 | 53,07 |
| 12 | Напиток из шиповника | 200 | 0,6 | 0,2 | 10,6 | 47,2 | 0,01 | 0,05 | 98,04 | 0 | 80 | 1,69 | 8,35 | 72,2 | 2,96 | 2,96 | 0,53 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 850 | 53,6 | 50,7 | 112,9 | 1123,7 | 0,61 | 0,61 | 615,46 | 3,89 | 100,56 | 1016,85 | 1494,02 | 484,39 | 167,26 | 760,2 | 10,39 | 238,01 | 34,28 | 904,62 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 50 | 0,5 | 0,1 | 1,7 | 9,7 | 0,02 | 0,02 | 51,58 | 0 | 11,25 | 3,32 | 121,08 | 13,33 | 9,92 | 18,58 | 0,41 | 1,32 | 0,18 | 13,08 |
| 15 | Напиток абрикосовый | 200 | 0,3 | 0 | 8,9 | 36,8 | 0,01 | 0,02 | 48,08 | 0 | 1,72 | 0,78 | 77,45 | 8,69 | 2,22 | 6,89 | 0,21 | 0,3 | 0,03 | 3,3 |
| 432,28 | Эчпочмак | 100 | 8,6 | 6,8 | 33,4 | 229,4 | 0,09 | 0,07 | 12,5 | 0,02 | 2,31 | 309,73 | 237,19 | 21,58 | 16,84 | 90,51 | 1,23 | 44,21 | 2,61 | 32,84 |
| Итого за полдник | | 350 | 9,4 | 6,9 | 44 | 275,9 | 0,12 | 0,11 | 112,16 | 0,02 | 15,28 | 313,83 | 435,72 | 43,6 | 28,98 | 115,98 | 1,85 | 45,83 | 2,82 | 49,22 |
| Итого за день | | 1750 | 85,6 | 82,8 | 240,6 | 2050,9 | 0,94 | 1,16 | 878,95 | 4,32 | 117,38 | 2070,56 | 2450,9 | 1044,96 | 270,88 | 1296,61 | 14,84 | 326,95 | 49,1 | 1038,83 |
| Понедельник, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102,20 | Салат-коктейль фруктовый | 120 | 0,8 | 0,4 | 14,3 | 63,7 | 0,04 | 0,03 | 7,8 | 0 | 42 | 23,44 | 285,11 | 30,11 | 13,2 | 20,4 | 1,51 | 2,4 | 0,48 | 15 |
| 377 | Чай фруктовый | 200 | 0,6 | 0,2 | 7 | 32,4 | 0,01 | 0,03 | 6,05 | 0 | 41,45 | 8,59 | 130,95 | 82,2 | 16,1 | 24,95 | 1,98 | 0,22 | 0,23 | 3,55 |
| 396 | Блины со сгущённым молоком | 200 | 15,6 | 13,7 | 87,5 | 535,5 | 0,23 | 0,38 | 44,02 | 0 | 2,01 | 111,02 | 431,31 | 272,99 | 44,41 | 274,11 | 1,32 | 15,32 | 8,58 | 55,78 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за завтрак | | 550 | 19,3 | 14,5 | 123,6 | 701,9 | 0,31 | 0,45 | 57,87 | 0 | 85,46 | 292,75 | 875,27 | 391,3 | 77,91 | 338,96 | 5,14 | 18,9 | 11,09 | 78,68 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20,14 | Салат из свёклы с маслом растительным | 100 | 1,4 | 2,6 | 8,4 | 62,5 | 0,02 | 0,04 | 1,9 | 0 | 9,5 | 172,73 | 273,63 | 36,38 | 20,97 | 41,15 | 1,34 | 19,98 | 0,67 | 19 |
| 54-1с | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | 5,8 | 7 | 7,1 | 115,3 | 0,03 | 0,04 | 131,18 | 0 | 13,46 | 123,15 | 230 | 46,84 | 16,41 | 38,72 | 0,6 | 19,06 | 0,42 | 18,45 |
| 54-1г | Макароны отварные | 180 | 6,4 | 5,9 | 39,4 | 236,2 | 0,08 | 0,03 | 22,03 | 0,11 | 0 | 178,84 | 64,56 | 127 | 8,63 | 48,84 | 0,88 | 24,92 | 0,07 | 14,3 |
| 299-У | Крокеты «Детские» | 100 | 21,5 | 18,8 | 23,7 | 350,1 | 0,16 | 0,3 | 262,11 | 1,59 | 28,68 | 373,69 | 473,94 | 138,9 | 39,97 | 252,01 | 4,24 | 53,16 | 4,24 | 79,16 |
| 349,10 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,7 | 0 | 26,8 | 110 | 0,32 | 0,45 | 134,33 | 2,67 | 12,47 | 0,06 | 0,2 | 69,35 | 2,95 | 6,03 | 0,11 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 39,5 | 35 | 127,5 | 983,5 | 0,46 | 0,54 | 450,82 | 2,2 | 54,06 | 1092,09 | 1183,38 | 406,24 | 115,87 | 474,17 | 9,48 | 119,76 | 8,7 | 145,31 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3003,03 | Драники | 50 | 1,7 | 4 | 10,9 | 86,2 | 0,06 | 0,04 | 4,25 | 0,04 | 5,2 | 151,7 | 307,2 | 9,54 | 13,68 | 39,04 | 0,6 | 23,7 | 0,81 | 21,68 |
| 234,04 | Сметана порционно | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 16 | 0 | 0,01 | 10,7 | 0 | 0,04 | 4 | 11,6 | 8,8 | 0,9 | 6 | 0,02 | 0,9 | 0,04 | 1,4 |
| 15-У | Компот из яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 6,7 | 29,1 | 0,01 | 0,01 | 1,35 | 0 | 1,8 | 8,91 | 103,91 | 6,39 | 3,52 | 4,31 | 0,87 | 0,9 | 0,12 | 3,6 |
| 456,31 | Пирожок печёный мясо-овощной | 100 | 11,6 | 7,9 | 41,9 | 284,9 | 0,13 | 0,09 | 19,19 | 0,04 | 9,87 | 104,11 | 240,1 | 32,47 | 20,23 | 118,91 | 1,62 | 12,36 | 4,11 | 34,43 |
| Итого за полдник | | 360 | 13,8 | 13,6 | 59,9 | 416,2 | 0,2 | 0,15 | 35,49 | 0,08 | 16,91 | 268,72 | 662,81 | 57,2 | 38,33 | 168,26 | 3,11 | 37,86 | 5,08 | 61,11 |
| Итого за день | | 1800 | 72,6 | 63,1 | 311 | 2101,6 | 0,97 | 1,14 | 544,18 | 2,28 | 156,43 | 1653,56 | 2721,46 | 854,74 | 232,11 | 981,39 | 17,73 | 176,52 | 24,87 | 285,1 |
| Вторник, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2,47-У | Каша пшённая молочная  с маслом сливочным | 250 | 8,9 | 12,2 | 40,4 | 306,8 | 0,19 | 0,18 | 51,15 | 0,16 | 0,65 | 163,09 | 242,31 | 178,62 | 51,4 | 202,74 | 1,33 | 28,5 | 3,5 | 39,35 |
| 381 | Кофейный напиток | 200 | 0,5 | 0,3 | 5,6 | 26,7 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,24 | 25,2 | 63,96 | 7,4 | 11,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 740.02-У | Шанежка наливная | 80 | 8 | 4,5 | 37,1 | 220,8 | 0,08 | 0,07 | 24,88 | 0,16 | 0,02 | 202,58 | 77,6 | 72,86 | 12,21 | 90,22 | 0,78 | 21,47 | 5 | 15,42 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 0,02 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 99,8 | 18,6 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 | 0,64 | 1,2 | 2,9 |
| Итого за завтрак | | 550 | 18,9 | 17,2 | 92,9 | 601,2 | 0,29 | 0,26 | 76,07 | 0,32 | 0,67 | 465,71 | 363,71 | 319,44 | 73,81 | 317,36 | 2,73 | 50,61 | 9,7 | 57,67 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,4 | 19,4 | 0,05 | 0,04 | 103,17 | 0 | 22,5 | 6,63 | 242,17 | 26,67 | 19,83 | 37,17 | 0,81 | 2,64 | 0,35 | 26,17 |
| 81-У | Свекольник | 250 | 5,7 | 7,8 | 12,1 | 141,7 | 0,03 | 0,04 | 140,21 | 0,05 | 9,28 | 375,65 | 255,4 | 40,85 | 21,15 | 40,51 | 1,06 | 4,54 | 0,47 | 22,58 |
| 391-У | Пельмени «Детские» отварные\* | 150 | 24,1 | 22,8 | 46,2 | 486,5 | 0,27 | 0,25 | 45,54 | 1,31 | 3,73 | 300,4 | 393,14 | 95,12 | 34,29 | 247,78 | 3,85 | 48,96 | 7,08 | 81,53 |
| 331 | Соус сметанно-томатный | 50 | 1,6 | 4,3 | 3,4 | 59 | 0,01 | 0,02 | 26,1 | 0,04 | 0,54 | 4,13 | 43,66 | 11,57 | 3,39 | 13,16 | 0,15 | 1,18 | 0,3 | 3,03 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,3 | 0 | 0,02 | 1,03 | 0 | 1,49 | 1,75 | 51,35 | 81,34 | 8,95 | 16,62 | 1,66 | 0 | 0,01 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 810 | 36,9 | 35,9 | 94,1 | 847,3 | 0,46 | 0,42 | 316,05 | 1,4 | 37,54 | 932,16 | 1126,72 | 272,95 | 115,81 | 445,24 | 9,87 | 59,96 | 11,51 | 147,71 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | Яблоко печёное | 50 | 0,2 | 0,2 | 6,7 | 29,3 | 0,01 | 0,01 | 1,5 | 0 | 2 | 9,9 | 115,43 | 7,08 | 3,92 | 4,79 | 0,96 | 1 | 0,13 | 4 |
| 15 | Компот из яблок и вишни | 200 | 0,1 | 0,1 | 6,4 | 26,8 | 0 | 0 | 1,34 | 0 | 1,52 | 3,58 | 45,77 | 76,77 | 3,18 | 3,67 | 0,25 | 0,4 | 0,04 | 2,1 |
| 432,28 | Эчпочмак | 100 | 8,6 | 6,8 | 33,4 | 229,4 | 0,09 | 0,07 | 12,5 | 0,02 | 2,31 | 309,73 | 237,19 | 21,58 | 16,84 | 90,51 | 1,23 | 44,21 | 2,61 | 32,84 |
| Итого за полдник | | 350 | 8,9 | 7,1 | 46,5 | 285,5 | 0,1 | 0,08 | 15,34 | 0,02 | 5,83 | 323,21 | 398,39 | 105,43 | 23,94 | 98,97 | 2,44 | 45,61 | 2,78 | 38,94 |
| Итого за день | | 1710 | 64,7 | 60,2 | 233,5 | 1734 | 0,85 | 0,76 | 407,46 | 1,74 | 44,04 | 1721,08 | 1888,82 | 697,82 | 213,56 | 861,57 | 15,04 | 156,18 | 23,99 | 244,32 |
| Среда, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Молоко сгущённое | 30 | 2,2 | 2,6 | 16,7 | 98,2 | 0,02 | 0,11 | 14,1 | 0 | 0,3 | 39 | 109,5 | 92,1 | 10,2 | 65,7 | 0,06 | 2,1 | 0,9 | 10,5 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| 394-У | Вареники с творогом | 170 | 20,2 | 19,4 | 50,1 | 455,9 | 0,11 | 0,21 | 62,7 | 0,35 | 0,83 | 194,45 | 170,95 | 128,37 | 27,84 | 207,36 | 1,21 | 9,01 | 24,68 | 43,44 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Пром. | Яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | 0,04 | 0,02 | 6 | 0 | 12 | 31,2 | 333,6 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 2,4 | 0,36 | 9,6 |
| Итого за завтрак | | 550 | 29,9 | 26,2 | 105,9 | 778,1 | 0,24 | 0,51 | 100,05 | 0,35 | 13,81 | 464,3 | 862,28 | 413,35 | 87,36 | 436,04 | 5,33 | 26,17 | 30,03 | 106,14 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 0,05-У | Закуска овощная\* | 100 | 1,7 | 3,4 | 4,9 | 57,4 | 0,03 | 0,04 | 19,45 | 0 | 43,5 | 141,67 | 292,99 | 51,03 | 15,91 | 30,55 | 0,62 | 16,21 | 0,31 | 12,83 |
| 102-У | Суп картофельный с горохом | 250 | 9,1 | 5,9 | 18,8 | 164,8 | 0,17 | 0,06 | 136,26 | 0 | 5,16 | 11,09 | 424,57 | 32,06 | 34,3 | 95,4 | 1,74 | 4,64 | 2,48 | 34,41 |
| 54-26г | Рис с овощами | 180 | 3,8 | 6,8 | 31,2 | 201,4 | 0,05 | 0,04 | 322,42 | 0 | 1,59 | 288,31 | 111,85 | 20,82 | 31,39 | 80,96 | 0,69 | 25,87 | 5,57 | 37,56 |
| 23-У | Наггетсы «Детские»\* | 100 | 19,7 | 18,9 | 19,2 | 325,5 | 0,12 | 0,23 | 79,5 | 1,22 | 4,18 | 271,73 | 255,14 | 98,01 | 27,48 | 198,7 | 2,83 | 15,04 | 5,96 | 123,07 |
| 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 | 0 | 0,02 | 1,08 | 0 | 1,8 | 2,13 | 56,27 | 11,6 | 9,28 | 17,38 | 1,68 | 0 | 0,02 | 0,4 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 38,7 | 35,8 | 103,1 | 890,2 | 0,47 | 0,44 | 558,71 | 1,22 | 56,23 | 958,53 | 1281,82 | 230,92 | 146,56 | 512,99 | 9,9 | 64,4 | 17,64 | 222,67 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102,20 | Фруктовая нарезка | 50 | 0,3 | 0,2 | 6 | 26,5 | 0,02 | 0,01 | 3,25 | 0 | 17,5 | 9,77 | 118,8 | 12,55 | 5,5 | 8,5 | 0,63 | 1 | 0,2 | 6,25 |
| 338 | Компот из яблок и лимона | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,2 | 26,4 | 0,01 | 0,01 | 0,89 | 0 | 2,92 | 5,97 | 74,02 | 7,81 | 3,21 | 4,69 | 0,55 | 0,51 | 0,11 | 3,2 |
| 406 | Пирожок с фруктовой начинкой | 100 | 5,3 | 3,4 | 43,4 | 225,4 | 0,07 | 0,05 | 21,85 | 0,07 | 0,72 | 13,68 | 126,59 | 28,94 | 10,94 | 56,14 | 1,07 | 2,93 | 3,33 | 15,09 |
| Итого за полдник | | 350 | 5,8 | 3,7 | 55,6 | 278,3 | 0,1 | 0,07 | 25,99 | 0,07 | 21,14 | 29,42 | 319,41 | 49,3 | 19,65 | 69,33 | 2,25 | 4,44 | 3,64 | 24,54 |
| Итого за день | | 1790 | 74,4 | 65,7 | 264,6 | 1946,6 | 0,81 | 1,02 | 684,75 | 1,64 | 91,18 | 1452,25 | 2463,51 | 693,57 | 253,57 | 1018,36 | 17,48 | 95,01 | 51,31 | 353,35 |
| Четверг, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-32з | Морковь в нарезке | 60 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 20,2 | 0,04 | 0,04 | 1200 | 0 | 3 | 12,6 | 120 | 16,2 | 22,8 | 33 | 0,42 | 3 | 0,06 | 33 |
| 54-1г | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 0,06 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 149,04 | 53,8 | 105,83 | 7,19 | 40,7 | 0,73 | 20,77 | 0,06 | 11,92 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными\* | 80 | 12,5 | 16,6 | 17,4 | 268,7 | 0,09 | 0,15 | 109,6 | 0,99 | 4,59 | 246,58 | 278,08 | 76,55 | 25,32 | 151,85 | 2,55 | 40,33 | 2,61 | 51,28 |
| 377 | Чай фруктовый | 200 | 0,6 | 0,2 | 7 | 32,4 | 0,01 | 0,03 | 6,05 | 0 | 41,45 | 8,59 | 130,95 | 82,2 | 16,1 | 24,95 | 1,98 | 0,22 | 0,23 | 3,55 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 299,4 | 55,8 | 12 | 8,4 | 39 | 0,66 | 1,92 | 3,6 | 8,7 |
| Итого за завтрак | | 550 | 23,8 | 22,3 | 90,8 | 658,7 | 0,27 | 0,26 | 1334,0 | 1,08 | 49,04 | 716,21 | 638,63 | 292,78 | 79,81 | 289,5 | 6,34 | 66,24 | 6,56 | 108,45 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 302-У | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,3 | 8,4 | 40,6 | 275,3 | 0,24 | 0,13 | 26,86 | 0,12 | 0 | 37 | 248,42 | 16,27 | 135,82 | 204,73 | 4,57 | 2,57 | 4 | 18,21 |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 6,7 | 6,9 | 19,4 | 166,7 | 0,08 | 0,06 | 122,43 | 0 | 6,6 | 6,04 | 395,66 | 13,82 | 21,01 | 57,01 | 0,9 | 4,98 | 0,23 | 34,3 |
| 54-6о | Яйцо варёное | 30 | 3,6 | 3 | 0,2 | 42,4 | 0,02 | 0,11 | 46,8 | 0,66 | 0 | 30,55 | 34,86 | 14,52 | 3,13 | 50,11 | 0,65 | 6 | 8,1 | 16,5 |
| 280-У | Фрикадельки «Детские»\* | 90 | 10,1 | 13,2 | 14,2 | 215,7 | 0,08 | 0,14 | 125,18 | 0,89 | 3,77 | 68,19 | 230,99 | 79,64 | 20,08 | 122,86 | 2,04 | 12,61 | 2,03 | 38,31 |
| 519,01 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 25,3 | 104,4 | 0,12 | 0,16 | 54,66 | 0,84 | 20,52 | 5,93 | 155,38 | 16,02 | 14,96 | 15,23 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 810 | 34,2 | 32,3 | 123,5 | 921,9 | 0,64 | 0,65 | 375,93 | 2,51 | 30,89 | 391,31 | 1206,31 | 157,67 | 223,2 | 539,94 | 11,07 | 29,16 | 17,89 | 126,62 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 401-У | Оладьи «Домашние» с маслом сливочным | 150 | 10,1 | 15,3 | 50,3 | 379,2 | 0,12 | 0,14 | 28,08 | 0,13 | 0,39 | 63,53 | 179,35 | 94,08 | 20,52 | 126,86 | 0,96 | 12,53 | 6,03 | 32,85 |
| Пром. | Ряженка 2,5 % | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 101,8 | 0,04 | 0,26 | 44 | 0 | 0,6 | 100 | 292 | 248 | 28 | 184 | 0,2 | 18 | 2 | 40 |
| Итого за полдник | | 350 | 15,9 | 20,3 | 58,7 | 481 | 0,16 | 0,4 | 72,08 | 0,13 | 0,99 | 163,53 | 471,35 | 342,08 | 48,52 | 310,86 | 1,16 | 30,53 | 8,03 | 72,85 |
| Итого за день | | 1710 | 73,9 | 74,9 | 273 | 2061,6 | 1,07 | 1,31 | 1782,0 | 3,72 | 80,92 | 1271,05 | 2316,29 | 792,53 | 351,53 | 1140,3 | 18,57 | 125,93 | 32,48 | 307,92 |
| Пятница, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 219- У | Сырники творожные | 150 | 29,7 | 13,4 | 22,6 | 329,9 | 0,07 | 0,31 | 36,48 | 0,14 | 0,27 | 48,98 | 155,67 | 201,51 | 30,8 | 285,8 | 0,85 | 13,74 | 38,52 | 51,59 |
| 334-У | Соус ягодный сладкий | 50 | 0,2 | 0 | 10,1 | 41,7 | 0,01 | 0,01 | 40,09 | 0 | 2,03 | 0,77 | 66,27 | 18,25 | 2 | 6,53 | 0,19 | 0,25 | 0,03 | 2,75 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,3 | 0 | 0,02 | 1,03 | 0 | 1,49 | 1,75 | 51,35 | 81,34 | 8,95 | 16,62 | 1,66 | 0 | 0,01 | 0 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | 0,04 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 199,6 | 37,2 | 8 | 5,6 | 26 | 0,44 | 1,28 | 2,4 | 5,8 |
| Пром. | Банан | 120 | 1,8 | 0,6 | 25,2 | 113,4 | 0,05 | 0,06 | 24 | 0 | 12 | 37,2 | 417,6 | 9,6 | 50,4 | 33,6 | 0,72 | 0,06 | 1,2 | 2,64 |
| Итого за завтрак | | 560 | 35,1 | 14,4 | 82,8 | 602,1 | 0,17 | 0,41 | 101,6 | 0,14 | 15,79 | 288,3 | 728,09 | 318,7 | 97,75 | 368,55 | 3,86 | 15,33 | 42,16 | 62,78 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 100 | 1,2 | 0,1 | 3,7 | 20,8 | 0,04 | 0,04 | 48,67 | 0 | 26,67 | 8 | 243,67 | 28,33 | 16,67 | 33 | 0,7 | 2,67 | 0,33 | 15,67 |
| 54-6с | Суп картофельный с клецками | 250 | 5,8 | 4,1 | 14,2 | 117 | 0,06 | 0,05 | 126,79 | 0,06 | 4,61 | 72,52 | 277,65 | 16,6 | 15,93 | 44,96 | 0,68 | 12,86 | 1,18 | 26,53 |
| 311-У | Картофель отварной | 180 | 4,9 | 6 | 29,1 | 189,8 | 0,17 | 0,17 | 26,57 | 0,08 | 14,68 | 62,17 | 915,54 | 74,64 | 42,7 | 134,68 | 1,48 | 13,86 | 1,43 | 64,97 |
| 267.66- У | Крокеты с кабачком\* | 100 | 13,6 | 19,3 | 17 | 295,9 | 0,16 | 0,19 | 166,57 | 1,31 | 6,03 | 63,59 | 272,02 | 95,41 | 24,7 | 154,95 | 2,39 | 15,26 | 3,36 | 83,39 |
| Пром. | Сок яблочный | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 4 | 12 | 240 | 14 | 8 | 14 | 2,8 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 34 | 31,2 | 118,9 | 891,9 | 0,58 | 0,56 | 362,69 | 1,67 | 58,21 | 591,1 | 2124,56 | 260,59 | 141,35 | 502,77 | 10,82 | 65,46 | 13,34 | 217,79 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 520,2 | Крокеты картофельные | 50 | 2,2 | 5,2 | 11,6 | 101,8 | 0,06 | 0,05 | 8,79 | 0,11 | 4,4 | 193,91 | 272,13 | 10,36 | 13,08 | 41,53 | 0,66 | 27,8 | 2,19 | 19,91 |
| 12 | Напиток из шиповника | 200 | 0,6 | 0,2 | 10,6 | 47,2 | 0,01 | 0,05 | 98,04 | 0 | 80 | 1,69 | 8,35 | 72,2 | 2,96 | 2,96 | 0,53 | 0 | 0 | 0 |
| 406 | Пирожок с зелёным луком и яйцом | 100 | 9,7 | 6,7 | 38,9 | 254,5 | 0,09 | 0,16 | 95,65 | 0,7 | 2,43 | 212,68 | 147,56 | 50,08 | 15,3 | 105,85 | 1,47 | 31,71 | 11,23 | 43,88 |
| Итого за полдник | | 350 | 12,5 | 12,1 | 61,1 | 403,5 | 0,16 | 0,26 | 202,48 | 0,81 | 86,83 | 408,28 | 428,04 | 132,64 | 31,34 | 150,34 | 2,66 | 59,51 | 13,42 | 63,79 |
| Итого за день | | 1800 | 81,2 | 57,6 | 267 | 1911 | 0,96 | 1,26 | 611,54 | 3,04 | 103,23 | 1288,44 | 3297,69 | 643,92 | 269 | 1020,4 | 17,15 | 140,5 | 68,95 | 345,16 |
| Суббота, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Салат из моркови с яблоками\* | 60 | 0,6 | 1,9 | 7,4 | 49,3 | 0,03 | 0,03 | 840,79 | 0 | 5,15 | 12,82 | 127,71 | 15,41 | 17,49 | 24,93 | 0,64 | 2,4 | 0,1 | 24,3 |
| 222 | Пудинг из творога с рисом | 180 | 28,8 | 12,8 | 19 | 306,4 | 0,06 | 0,33 | 64,34 | 0,25 | 0,29 | 68,99 | 159,38 | 209,94 | 34 | 293,56 | 0,86 | 14,69 | 39,68 | 53,37 |
| 326 | Соус молочный сладкий | 60 | 2,1 | 3,5 | 11,6 | 86,4 | 0,02 | 0,07 | 15,23 | 0,04 | 0,28 | 21,04 | 72,41 | 58,71 | 7,41 | 47,55 | 0,13 | 4,95 | 1,29 | 12,2 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 550 | 40 | 22,1 | 75,1 | 659,7 | 0,21 | 0,61 | 937,61 | 0,29 | 6,4 | 402,3 | 626,33 | 461,74 | 100,22 | 528,82 | 3,27 | 35,34 | 46,36 | 135,37 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 33 | Салат «Дальневосточный» | 100 | 1,6 | 4,1 | 27,1 | 151,8 | 0,13 | 0,35 | 252,01 | 3 | 24,83 | 1547,22 | 259,59 | 188,45 | 128,63 | 37,29 | 3,14 | 35723,24 | 3,24 | 14,96 |
| 99,21 | Суп овощной «Летний» | 200 | 4 | 2,9 | 6,8 | 69,1 | 0,05 | 0,05 | 166,06 | 0 | 18,1 | 485,41 | 252,9 | 23,65 | 19,09 | 34,15 | 0,84 | 67,78 | 0,28 | 20,67 |
| 54-12г | Каша пшённая рассыпчатая | 180 | 7,7 | 7,8 | 42,6 | 271 | 0,21 | 0,03 | 25,56 | 0,12 | 0 | 182,88 | 125,23 | 58,78 | 50,81 | 145,04 | 1,68 | 27,16 | 1,75 | 19,91 |
| 239-У | Тефтели из рыбы под соусом овощным | 100 | 21,3 | 12,8 | 26,6 | 307 | 0,16 | 0,17 | 166,55 | 1,88 | 4,64 | 268,74 | 472,45 | 114,27 | 48,32 | 288,35 | 1,86 | 179,87 | 25,87 | 795,8 |
| 15 | Напиток клюквенный | 200 | 0,1 | 0,1 | 6,5 | 26,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,8 | 0,27 | 29,78 | 3,8 | 3,92 | 2,87 | 0,17 | 0,02 | 0,03 | 3 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 840 | 38,7 | 28,4 | 133,4 | 943,2 | 0,65 | 0,65 | 610,18 | 5 | 49,37 | 2728,12 | 1280,95 | 406,35 | 278,97 | 597,7 | 10,03 | 36000,71 | 34,47 | 868,74 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 210-У | Омлет натуральный | 150 | 13,8 | 16,4 | 2,7 | 213,8 | 0,07 | 0,43 | 189,99 | 2,41 | 0,23 | 124,89 | 178,41 | 99,92 | 16,44 | 212,58 | 2,34 | 25,05 | 29,22 | 66,96 |
| 15 | Напиток абрикосовый | 200 | 0,8 | 0,1 | 23,2 | 97,2 | 0,18 | 0,25 | 214,2 | 1,26 | 10 | 2,3 | 253,2 | 24,68 | 6,96 | 22,62 | 0,61 | 1 | 0,09 | 11 |
| Итого за полдник | | 350 | 14,6 | 16,5 | 25,9 | 311 | 0,25 | 0,68 | 404,19 | 3,67 | 10,23 | 127,19 | 431,61 | 124,6 | 23,4 | 235,2 | 2,95 | 26,05 | 29,31 | 77,96 |
| Итого за день | | 1740 | 93,3 | 67 | 234,4 | 1913,9 | 1,11 | 1,94 | 1951,98 | 8,96 | 66 | 3257,61 | 2338,89 | 992,69 | 402,59 | 1361,72 | 16,25 | 36062,1 | 110,14 | 1082,07 |

Таблица 3.

Варианты замены блюд

| № рец. | Приём пищи,  наименование блюда | Масса | Пищевые вещества | | | Энерге-тичес-кая цен-ность | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| бел-ки, г | жи-ры, г | угле-воды, г | B1 | B2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Замена сезонных блюд | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 117 | Овощная закуска из консервированных продуктов (сезонность) | 60 | 1,2 | 0,2 | 4,3 | 23,2 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 10,44 | 399 | 90 | 15,9 | 4,8 | 24,3 | 0,3 | 0 | 0,18 | 2,1 |
| 15 | Овощи натуральные, порционно, зелёный горошек | 60 | 2,8 | 0,1 | 4,5 | 30,4 | 0,15 | 0,09 | 24,12 | 0 | 6 | 0,91 | 141,93 | 13,73 | 19,84 | 63,68 | 0,37 | 0,76 | 1,73 | 4,5 |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти» |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 117 | Овощная закуска из консервированных продуктов (сезонность) | 60 | 1,2 | 0,2 | 4,3 | 23,2 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 10,44 | 399 | 90 | 15,9 | 4,8 | 24,3 | 0,3 | 0 | 0,18 | 2,1 |
| 16 | Овощи натуральные, порционно, кукуруза | 60 | 1,2 | 0,2 | 6,1 | 31,3 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 1,15 | 182,4 | 0 | 2,64 | 0 | 26,1 | 0,21 | 0 | 0 | 0 |
| 60 | Салат из моркови  с яблоками |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 160 | Закуска фруктовая (сезонность) | 60 | 0,4 | 0 | 5,4 | 23,4 | 0,01 | 0,01 | 158,7 | 0 | 0,46 | 2,49 | 80,25 | 9,17 | 7,84 | 11,11 | 0,2 | 0,6 | 0,01 | 6,6 |
| 0,05-У | Закуска овощная |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 113 | Овощная нарезка (свёкла в нарезке, зелень) (сезонность) | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,2 | 25,1 | 0,01 | 0,03 | 26,79 | 0 | 9,72 | 26,66 | 183,1 | 28,16 | 14,44 | 26,55 | 0,85 | 4,04 | 0,41 | 17,2 |
| Замена блюд с учётом национальных особенностей | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 295-У | Котлета куриная |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 295-У | Котлета «Солнечногорская» (халяль) | 90 | 19,2 | 27,8 | 25,8 | 430 | 0,16 | 0,29 | 267,34 | 2 | 7,61 | 429,42 | 334,33 | 166,74 | 35,76 | 223,34 | 3,48 | 23,64 | 5 | 122,42 |
| 392,32-У | Пельмени «Детские» отварные с бульоном |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392,32-У | Пельмени «Аппетитные» с бульоном (халяль) | 200 | 16,9 | 10,7 | 25,6 | 266,7 | 0,08 | 0,1 | 43,18 | 0,11 | 2,32 | 185,18 | 190,96 | 28,26 | 18,95 | 132,7 | 1,64 | 24,89 | 3,43 | 84,48 |
| 267,71-У | Шницель «Тотоша», запечённый с овощами |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 279,36 | Тефтели из говядины (халяль) с овощами тушёными | 90 | 14 | 17,5 | 19,7 | 292,3 | 0,1 | 0,18 | 85,64 | 1,11 | 4,67 | 206,97 | 308,03 | 95,01 | 27,75 | 170,38 | 2,79 | 35,68 | 3,34 | 51,82 |
| 391-У | Пельмени «Детские» отварные |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392,32-У | Пельмени «Аппетитные» (халяль) | 150 | 25,6 | 19,8 | 46,5 | 466,5 | 0,17 | 0,25 | 94,77 | 1,28 | 6,86 | 305,39 | 373,87 | 108,56 | 35,43 | 248,16 | 3,65 | 47,33 | 6,68 | 131,25 |
| 23-У | Наггетсы «Детские» |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 295-У | Котлета «Солнечногорская» (халяль) | 90 | 19,2 | 27,8 | 25,8 | 430 | 0,16 | 0,29 | 267,34 | 2 | 7,61 | 429,42 | 334,33 | 166,74 | 35,76 | 223,34 | 3,48 | 23,64 | 5 | 122,42 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 279,36 | Тефтели из говядины  (халяль) с овощами тушёными | 80 | 12,5 | 15,6 | 17,5 | 259,9 | 0,08 | 0,16 | 76,12 | 0,99 | 4,15 | 183,98 | 273,8 | 84,45 | 24,67 | 151,45 | 2,48 | 31,71 | 2,97 | 46,06 |
| 280-У | Фрикадельки «Детские» |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102,74 | Фрикадельки «Школьные» (халяль) | 90 | 22,4 | 25,8 | 22,2 | 410,6 | 0,15 | 0,31 | 60,26 | 2 | 6,98 | 158,2 | 458,51 | 161,76 | 35,96 | 266,11 | 4,44 | 27,59 | 3,91 | 75,46 |
| 267.66- У | Крокеты с кабачком |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 299 | Крокеты из говядины (халяль) | 90 | 17,6 | 15,6 | 30,2 | 331,2 | 0,16 | 0,27 | 224,88 | 1,85 | 24,4 | 314,82 | 413,06 | 152,52 | 38,13 | 216,03 | 3,97 | 43,78 | 5,91 | 61,76 |
| Замена отдельных блюд для вариативности меню | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 342-У | Компот из консервированных плодов |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 344-У | Компот из смеси фруктов | 200 | 0,51 | 0,04 | 12,98 | 54,3 | 0,01 | 0,02 | 35,28 | 0 | 0,56 | 3,33 | 171,09 | 65,44 | 10,26 | 14,18 | 0,49 | 0,2 | 0 | 0,8 |
| 15 | Компот из яблок и вишни |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15-У | Компот из яблок | 200 | 0,17 | 0,16 | 21,92 | 89,8 | 0,12 | 0,15 | 37,35 | 0,84 | 5,8 | 8,97 | 104,08 | 6,52 | 3,51 | 4,31 | 0,89 | 0,9 | 0,1 | 3,6 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,38 | 0 | 21,65 | 88,2 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0,12 | 0,1 | 0,57 | 40 | 1,72 | 3,47 | 0 | 0,8 | 0 | 0 |
| 219-У | Сырники творожные |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 223.23 | Запеканка творожная с соусом молочным | 150/ 50 | 34,05 | 11,03 | 19,33 | 312,8 | 0,08 | 0,44 | 55,55 | 0,1 | 0,83 | 97,63 | 282,84 | 329,46 | 45,24 | 382,97 | 0,86 | 23,5 | 42,7 | 72,5 |
| 330 | Соус сладкий сметанный |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 331-У | Соус сладкий фруктовый | 50 | 0,24 | 0,15 | 16,32 | 67,7 | 0,01 | 0,01 | 2,38 | 0 | 13,85 | 9,06 | 104,96 | 34,62 | 6,29 | 9 | 0,69 | 0,7 | 0,3 | 4,7 |
| Пром. | Сок абрикосовый |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 418 | Сок яблочный или мультифруктовый | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 4 | 12 | 240 | 14 | 8 | 14 | 2,8 | 0 | 0 | 0 |
| 54-7хн | Компот из смородины |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 345.27 | Компот из яблок с шиповником | 200 | 0,2 | 0,1 | 14,77 | 60,8 | 0,05 | 0,08 | 42,81 | 0,42 | 22,4 | 2,46 | 25,35 | 4,19 | 1,52 | 1,7 | 0,34 | 0,2 | 0 | 0,8 |
| 23  377  54,19-гн | Чай витаминизированный, чай фруктовый, чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 430 | Чай чёрный с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 14,97 | 62,4 | 0,08 | 0,11 | 31 | 0,42 | 32 | 1,74 | 49,9 | 10,1 | 8,8 | 16,5 | 1,67 | 0 | 0 | 0 |
| 171 | Каша рассыпчатая пшённая |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 171.05 | Каша рассыпчатая гречневая | 100 | 5,45 | 1,34 | 23,9 | 129,4 | 0,14 | 0,07 | 0,55 | 0 | 0 | 29,49 | 145,09 | 8,53 | 80,12 | 119,26 | 2,69 | 1,5 | 2,3 | 10,6 |
| 15 | Напиток абрикосовый |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15-У | Компот из яблок | 200 | 0,17 | 0,16 | 21,92 | 89,8 | 0,12 | 0,15 | 37,35 | 0,84 | 5,8 | 8,97 | 104,08 | 6,52 | 3,51 | 4,31 | 0,89 | 0,9 | 0,1 | 3,6 |
| 394-У | Вареники с творогом |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 223 | Запеканка творожная | 130 | 24,46 | 12,13 | 21,96 | 294,8 | 0,06 | 0,31 | 54,12 | 0,26 | 0,27 | 72,85 | 153,65 | 198,57 | 31,08 | 275,84 | 0,87 | 13,4 | 37,2 | 47,9 |
| 15 | Напиток клюквенный |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 343-У | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,48 | 0,15 | 12,83 | 54,7 | 0 | 0,01 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,39 | 15 | 15,24 | 0,56 | 0,04 | 0,2 | 4,9 |

\*Масса блюд указана для возраста 7-11 лет, может корректироваться для обеспечения соответствия массы блюд для различных возрастов, указанных   
в санитарных правилах и нормах.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ПРИЛОЖЕНИЕ

к Типовому региональному

меню для организации

горячего питания обучающихся

в общеобразовательных организациях на территории

Ульяновской области

**ПЕРЕЧЕНЬ**

**пищевой продукции для использования при организации питания**

**в общеобразовательных организациях при реализации**

**типового регионального меню**

| №  п/п | Наименование пищевой продукции | Характеристики пищевой продукции  (соответствие требованиям\*) |
| --- | --- | --- |

| 1 | 2 | 3 |
| --- | --- | --- |
|  | Абрикосы свежие | ГОСТ 32787/2014 |
|  | Абрикосы сушёные без косточки (курага) | ГОСТ 32896-2014 |
|  | Апельсины свежие | ГОСТ 34307/2017 |
|  | Баклажаны свежие | ГОСТ 31821-2022 |
|  | Бананы свежие | ГОСТ Р 51603-2000 |
|  | Брусника быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Варенье | ГОСТ 34113-2017 |
|  | Виноград сушёный | ГОСТ 6882-88 |
|  | Вишня быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Гopox шлифованный, целый или колотый | ГОСТ 6201-2020 |
|  | Горошек зелёный быстрозамороженный | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Горошек зелёный консервированный | ГОСТ 34112-2017 |
|  | Груши свежие | ГОСТ 33499/2015 |
|  | Джем | ГОСТ 31712-2012 |
|  | Зелень свежая (лук, укроп) | ГОСТ 34214-2017, ГОСТ 32856-2014 |
|  | Йогурт или биойогурт | ГОСТ 31981/2013 |
|  | Кабачки (цукини) быстрозамороженные | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Кабачки свежие | ГОСТ 31822-2012 |
|  | Какао-напиток витаминизированный быстрорастворимый | ГОСТ 108-2014 |
|  | Капуста белокочанная свежая раннеспелая, среднеспелая, среднепоздняя и позднеспелая | ГОСТ Р 51809-2001 |
|  | Капуста брокколи быстрозамороженная | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Капуста брюссельская быстрозамороженная | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Капуста квашеная | ГОСТ 34220-2017 |
|  | Капуста китайская (пекинская) свежая | ГОСТ 34323-2017 |
|  | Капуста свежая очищенная, в вакуумной упаковке (белокочанная или краснокочанная) | ТУ изготовителя |
|  | Капуста цветная быстрозамороженная | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Капуста цветная свежая | ГОСТ 33952-2016. |
|  | Картофель продовольственный свежий | ГОСТ 7176-2017 |
|  | Картофель свежий очищенный, в вакуумной упаковке | ТУ изготовителя |
|  | Киви свежие | ГОСТ 31823/2012 |
|  | Кисель | ГОСТ 18488-2000 |
|  | Кислота лимонная | ГОСТ 908-2004 |
|  | Клубника быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Клюква быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Икра овощная из кабачков | ГОСТ 2654-2017 |
|  | Консервы рыбные | ГОСТ 7452-2014, ГОСТ 32156-2013 |
|  | Крахмал картофельный | ГОСТ Р 53876-2010 |
|  | Крупа гречневая ядрица | ГОСТ 5550-2021 |
|  | Крупа кукурузная шлифованная | ГОСТ 6002-2022 |
|  | Крупа манная | ГОСТ 7022-2019 |
|  | Крупа овсяная | ГОСТ 3034-2021 |
|  | Крупа пшеничная | ГОСТ 276-2022 |
|  | Крупа пшено шлифованное | ГОСТ 572-2016 |
|  | Крупа рис шлифованный | ГОСТ 6292-93 |
|  | Крупа ячменная, перловая | ГОСТ 5784-60 |
|  | Кукуруза сахарная в зёрнах, консервированная | ГОСТ 34114-2017 |
|  | Лавровый лист | ГОСТ 17594-81 |
|  | Лимоны свежие | ГОСТ 34307/2017 |
|  | Лук репчатый свежий | ГОСТ 34306-2017 |
|  | Лук репчатый свежий очищенный в вакуумной упаковке | ТУ изготовителя |
|  | Мак пищевой | ГОСТ Р 52533-2006 |
|  | Макаронные изделия группы А (вермишель, лапша) яичные | ГОСТ 31743-2017 |
|  | Малина быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Мандарины свежие (не ниже 1-го сорта) | ГОСТ 34307/2017 |
|  | Масло подсолнечное | ГОСТ 1129-2013 |
|  | Масло сладкосливочное несолёное | ГОСТ 32261-2013 |
|  | Мёд натуральный | ГОСТ 19792-2017 |
|  | Молоко питьевое | ГОСТ 32252-2013, ГОСТ 31450-2013 |
|  | Молоко цельное сгущенное с сахаром | ГОСТ 31688-2012 |
|  | Молоко стерилизованное концентрированное | ГОСТ 3254/2017 |
|  | Морковь столовая свежая | ГОСТ 32284-2013 |
|  | Мука пшеничная хлебопекарная | ГОСТ 26574-2017 |
|  | Мясо замороженное в блоках — говядина, для детского питания | ГОСТ 31799-2012 |
|  | Мясо индейки охлаждённое, замороженное | ГОСТ Р 52820-2007 |
|  | Натрий двууглекислый (сода пищевая) | ГОСТ 2156-76 |
|  | Нектарины свежие | ГОСТ 34340/2017 |
|  | Нектары фруктовые и фруктово-овощные | ГОСТ 32104-2013 |
|  | Огурцы консервированные без добавления уксуса | ТУ производителя |
|  | Огурцы свежие | ГОСТ 33932-2016 |
|  | Огурцы солёные стерилизованные (консервированные без добавления уксуса) | ГОСТ 34220-2017 |
|  | Перец сладкий свежий | ГОСТ 34325-2017 |
|  | Плоды шиповника сушёные | ГОСТ 1994-93 |
|  | Повидло | ГОСТ 32099-2013 |
|  | Полуфабрикаты мясные крупнокусковые бескостные | ГОСТ Р 54754-2021 |
|  | Полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса индейки охлаждённые, замороженные | ГОСТ 31465-2012 |
|  | Полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса кур и мяса цыплят-бройлеров охлаждённые, замороженные | ГОСТ 31465-2012 |
|  | Полуфабрикаты мясные рубленые замороженные, для детского питания | ГОСТ 32967-2014, ГОСТ 34846-2022 |
|  | Полуфабрикаты в тесте замороженные, для детского питания | ГОСТ 32967-2014, ГОСТ 32750-2014 |
|  | Редис свежий | ГОСТ 34216-2017 |
|  | Рыба мороженая (треска, пикша, сайра, минтай, хек, окунь морской, судак, кефаль, горбуша, кета, нерка, сёмга, форель) | ГОСТ 32366-2013 |
|  | Салат свежий (листовой, кочанный) | ГОСТ 33985-2016 |
|  | Сахар-песок или сахар белый кристаллический | ГОСТ 33222-2015 |
|  | Сахар-песок или сахар белый кристаллический порционный | ГОСТ 33222-2015 |
|  | Свёкла свежая очищенная, в вакуумной упаковке | ТУ изготовителя |
|  | Свёкла столовая свежая | ГОСТ 32285-2013 |
|  | Сиропы на плодово-ягодном, плодовом или ягодном сырье (без консервантов) в ассортименте | ГОСТ 28499-2014 |
|  | Слива свежая | ГОСТ 32286/2013 |
|  | Сметана | ГОСТ 31452-2012 |
|  | Смородина черная быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Соль поваренная пищевая выварочная йодированная | ГОСТ Р 51574-2018 |
|  | Субпродукты—печень | ГОСТ 31799-2012 |
|  | Сухари панировочные из хлебных сухарей высшего сорта | ГОСТ 28402-89 |
|  | Сыры полутвёрдые | ГОСТ 32260-2013 |
|  | Творог (не выше 9 % жирности) | ГОСТ 31453-2013 |
|  | Томатная паста или томатное пюре без соли | ГОСТ 3343-2017 |
|  | Томаты свежие | ГОСТ 34298-2017 |
|  | Тушки цыплят-бройлеров потрошённые охлаждённые, замороженные | ГОСТ Р 52306-2005 |
|  | Фасоль продовольственная белая или красная | ГОСТ 21149-2022 |
|  | Фруктовая смесь быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
| 100. | Фрукты косточковые сушёные (чернослив) | ГОСТ 32896-2014 |
| 101. | Хлеб белый из пшеничной муки | ГОСТ 26987-86, ГОСТ 31752-2012. |
| 102. | Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной | ГОСТ 31752-2012  ГОСТ 31807-2018  ГОСТ 26983-2015 |
| 103. | Хлеб зерновой | ГОСТ 25832-89 |
| 104. | Хлеб из муки пшеничной хлебопекарной, обогащённый витаминами и минералами | ТУ изготовителя |
| 105. | Хлопья овсяные (вид геркулес, экстра) | ГОСТ 21149-2022 |
| 106. | Чай чёрный байховый в ассортименте | ГОСТ Р 32573-2013 |
| 107. | Черешня свежая | ГОСТ 33801/2016 |
| 108. | Яблоки свежие | ГОСТ 34314/2017 |
| 109. | Ядро ореха грецкого | ГОСТ 16833-2014 |
| 110. | Яйца куриные столовые | ГОСТ 31654-2012 |

В случае полной или частичной отмены (замены) ГОСТ, указанных в таблице,   
рекомендуется использовать ГОСТ, принятый взамен отменённого (изменённого).

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_