



"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор  
 МАОУ "Средняя школа № 8"  
 Александрова Е.В.  
 " с \_\_\_\_\_ 2023 год  
 (подпись)

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор КГ МУТП "Сияние Севера"  
 М. Шагапов  
 " \_\_\_\_\_ 2023 год  
 (подпись)



## ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ - 2 СМЕНА

### Примерное циклическое меню на ОБЕДЫ

льготной категории учащихся с 1-4 кл. для общеобразовательных школ на 2024 уч.год

(Первый вариант)

Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 классы)

КГ МУТП "Сияние Севера"

| №                  | Наименование блюда                           | Выход, г | Белки,       | Жиры,        | Углево-       | ЭЦ, ккал      | Минеральные вещества (мг) |              |               |             | Витамины      |              |             |              |
|--------------------|--|----------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------------------|--------------|---------------|-------------|---------------|--------------|-------------|--------------|
|                    |  |          | г            | г            |               |               | ды, г                     | Са           | Mg            | P           | Fe            | A (рет.экв.) | B2 (мг)     | B1 (мг)      |
|                    |  |          | всего        | всего        |               |               |                           |              |               |             |               |              |             |              |
| <b>Обед 1 день</b> |  |          |              |              |               |               |                           |              |               |             |               |              |             |              |
| 139/04             | Суп с бобовыми и мясом                       | 200/30   | 4,37         | 7,16         | 13,38         | 135,44        | 122,70                    | 5,53         | 59,06         | 0,65        | 90,10         | 0,05         | 0,00        | 3,20         |
| 437/04             | Гуляш (говядина)                             | 60/60    | 10,90        | 15,05        | 19,04         | 255,21        | 162,00                    | 3,06         | 105,07        | 1,43        | 162,35        | 0,100        | 0,000       | 3,00         |
| Таб.4, 508/04      | Каша гречневая рассыпчатая                   | 200      | 4,60         | 12,50        | 30,40         | 252,50        | 44,00                     | 38,00        | 112,00        | 0,32        | 0,00          | 0,08         | 0,16        | 0,00         |
| ТТК 360            | Напиток Я-Яшка №1                            | 200      | 0,00         | 0,00         | 14,00         | 56,00         | 12,00                     | 6,00         | 8,00          | 0,08        | 0,00          | 0,01         | 0,00        | 6,00         |
|                    | Хлеб пшеничный                               | 50       | 3,77         | 0,12         | 24,05         | 112,36        | 9,75                      | 6,83         | 31,72         | 0,53        | 0,00          | 0,01         | 0,05        | 0,00         |
|                    | Хлеб ржано-пшеничный                         | 25       | 1,88         | 0,38         | 9,38          | 48,46         | 13,25                     | 8,25         | 26,50         | 0,77        | 1,120         | 0,03         | 0,05        | 0,00         |
| ТТК №125           | Крендель сахарный                            | 100      | 1,40         | 1,04         | 3,60          | 9,60          | 3,00                      | 9,00         | 1,00          | 0,10        | 0,00          | 0,12         | 0,13        | 3,00         |
|                    | <b>Итого за прием</b>                        |          | <b>26,92</b> | <b>29,09</b> | <b>113,85</b> | <b>699,15</b> | <b>366,70</b>             | <b>76,67</b> | <b>343,35</b> | <b>3,88</b> | <b>253,57</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,39</b> | <b>15,20</b> |
| <b>Обед 2 день</b> |  |          |              |              |               |               |                           |              |               |             |               |              |             |              |
| 148/04             | Суп-лапша Домашняя с мясом птицы             | 200/30   | 6,31         | 6,88         | 20,06         | 167,40        | 110,24                    | 26,51        | 90,87         | 0,61        | 69,400        | 0,16         | 0,26        | 2,60         |
| 456/04             | Зразы рубленые (говядина) с маслом сливочным | 105/10   | 6,54         | 10,05        | 6,88          | 144,13        | 135,80                    | 18,80        | 219,20        | 0,20        | 75,00         | 0,20         | 0,10        | 0,00         |
| 541/04             | Рагу из овощей                               | 200      | 6,04         | 5,90         | 23,47         | 171,14        | 80,33                     | 25,14        | 75,53         | 0,30        | 92,00         | 0,00         | 0,00        | 15,00        |
| ТТК 700/04         | Напиток клюквенный                           | 200      | 0,00         | 0,00         | 14,00         | 56,00         | 12,00                     | 3,00         | 6,00          | 0,08        | 0,00          | 0,01         | 0,00        | 7,00         |
|                    | Хлеб пшеничный                               | 50       | 3,77         | 0,12         | 24,05         | 112,36        | 9,75                      | 6,83         | 31,72         | 0,53        | 0,00          | 0,01         | 0,05        | 0,00         |
|                    | Хлеб ржано-пшеничный                         | 25       | 1,88         | 0,38         | 9,38          | 48,46         | 13,25                     | 8,25         | 26,50         | 0,77        | 1,120         | 0,03         | 0,05        | 0,00         |
|                    | Фрукты                                       | 100      | 0,40         | 0,40         | 9,60          | 43,60         | 16,00                     | 9,00         | 11,00         | 1,25        | 0,000         | 0,02         | 0,03        | 5,00         |
|                    | <b>Итого за прием</b>                        |          | <b>24,94</b> | <b>23,73</b> | <b>107,44</b> | <b>743,09</b> | <b>377,37</b>             | <b>97,53</b> | <b>460,82</b> | <b>3,74</b> | <b>237,52</b> | <b>0,43</b>  | <b>0,49</b> | <b>29,60</b> |

|             |   |           |               |               |               |                |                |               |                |              |                |             |             |               |
|-------------|---|-----------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|----------------|--------------|----------------|-------------|-------------|---------------|
|             | <b>Обед 3 день</b>  |           |               |               |               |                |                |               |                |              |                |             |             |               |
| 139/04      | Суп картофельный с фасолью и мясом                              | 200/23,5  | 5,00          | 8,98          | 20,95         | 184,62         | 34,60          | 20,80         | 2,52           | 1,04         | 75,000         | 0,24        | 0,02        | 1,00          |
| 444/04      | Плов по-узбекски  | 60/140    | 13,00         | 19,00         | 35,76         | 366,04         | 150,16         | 20,75         | 170,40         | 1,67         | 52,00          | 0,17        | 0,02        | 4,78          |
| ТТК 705/04  | Напиток из шиповника  | 200       | 0,20          | 0,00          | 15,80         | 64,00          | 24,00          | 8,00          | 14,00          | 0,08         | 0,00           | 0,10        | 0,00        | 16,00         |
|             | Хлеб пшеничный  | 50        | 3,77          | 0,12          | 24,05         | 112,36         | 9,75           | 6,83          | 31,72          | 0,53         | 0,00           | 0,01        | 0,05        | 0,00          |
|             | Хлеб ржано-пшеничный  | 25        | 1,88          | 0,38          | 9,38          | 48,46          | 13,25          | 8,25          | 26,50          | 0,77         | 1,120          | 0,03        | 0,05        | 0,00          |
| ТТК 338     | Сырная палочка  | 100       | 3,39          | 2,25          | 6,42          | 59,49          | 25,23          | 9,95          | 27,70          | 0,88         | 37,050         | 0,00        | 0,00        | 0,00          |
|             | <b>Итого за прием</b>   |           | <b>27,24</b>  | <b>30,73</b>  | <b>112,36</b> | <b>834,97</b>  | <b>256,99</b>  | <b>74,58</b>  | <b>272,84</b>  | <b>4,97</b>  | <b>165,17</b>  | <b>0,55</b> | <b>0,14</b> | <b>21,78</b>  |
|             | <b>Обед 4 день</b>  |           |               |               |               |                |                |               |                |              |                |             |             |               |
| 132/04      | Рассольник Ленинградский (с перловой крупой) с мясом и сметаной | 200/20/17 | 3,23          | 7,52          | 22,57         | 170,88         | 37,27          | 7,32          | 2,71           | 1,12         | 80,80          | 0,26        | 0,02        | 2,50          |
| 451/04      | Биточек из говядины с маслом сливочным                          | 100/10    | 7,33          | 7,02          | 8,00          | 124,50         | 73,80          | 5,80          | 44,20          | 0,36         | 175,10         | 0,15        | 0,00        | 4,40          |
| 333, 516/04 | Макаронные изделия отварные                                     | 200       | 5,88          | 11,06         | 44,12         | 299,54         | 188,00         | 30,20         | 125,00         | 1,1          | 118,00         | 0,2         | 0,23        | 0,00          |
| ТТК 9       | Напиток из яблок и клюквы                                       | 200       | 0,00          | 0,00          | 10,00         | 40,00          | 8,00           | 6,00          | 8,00           | 0,2          | 0,00           | 0,01        | 0,00        | 3,00          |
|             | Хлеб пшеничный  | 50        | 3,77          | 0,12          | 24,05         | 112,36         | 9,75           | 6,83          | 31,72          | 0,53         | 0,00           | 0,01        | 0,05        | 0,00          |
|             | Хлеб ржано-пшеничный  | 25        | 1,88          | 0,38          | 9,38          | 48,46          | 13,25          | 8,25          | 26,50          | 0,77         | 1,120          | 0,03        | 0,05        | 0,00          |
|             | Молочный напиток Топтыжка                                       | 200       | 2,80          | 1,50          | 15,60         | 87,10          | 16,00          | 9,00          | 11,00          | 1,25         | 0,000          | 0,02        | 0,03        | 5,00          |
|             | <b>Итого за прием</b>   |           | <b>24,89</b>  | <b>27,60</b>  | <b>133,72</b> | <b>795,74</b>  | <b>346,07</b>  | <b>73,40</b>  | <b>249,13</b>  | <b>5,33</b>  | <b>375,02</b>  | <b>0,42</b> | <b>0,36</b> | <b>14,90</b>  |
|             | <b>Обед 5 день</b>  |           |               |               |               |                |                |               |                |              |                |             |             |               |
| 110/04      | Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной                 | 200/20/20 | 5,74          | 8,83          | 17,00         | 170,43         | 87,82          | 18,52         | 65,44          | 1,17         | 102,260        | 0,170       | 0,09        | 3,20          |
| 451/04      | Шницель из говядины с маслом сливочным                          | 100/5     | 7,33          | 12,02         | 8,00          | 169,50         | 183,80         | 5,80          | 44,20          | 0,36         | 75,10          | 0,15        | 0,00        | 4,40          |
| 520/04      | Пюре картофельное   | 200       | 3,80          | 3,40          | 23,50         | 139,80         | 48,60          | 26,00         | 100,80         | 0,26         | 10,80          | 0,13        | 0,16        | 2,05          |
| ТТК 700/04  | Напиток клюквенный  | 200       | 0,00          | 0,00          | 14,00         | 56,00          | 12,00          | 3,00          | 6,00           | 0,08         | 0,00           | 0,01        | 0,00        | 15,00         |
|             | Хлеб пшеничный  | 50        | 3,77          | 0,12          | 24,05         | 112,36         | 9,75           | 6,83          | 31,72          | 0,53         | 0,00           | 0,01        | 0,05        | 0,00          |
|             | Хлеб ржано-пшеничный  | 25        | 1,88          | 0,38          | 9,38          | 48,46          | 13,25          | 8,25          | 26,50          | 0,77         | 1,120          | 0,03        | 0,05        | 0,00          |
|             | Фрукты  | 100       | 0,40          | 0,40          | 9,60          | 43,60          | 16,00          | 9,00          | 11,00          | 1,25         | 0,000          | 0,02        | 0,03        | 7,00          |
|             | <b>Итого за прием</b>   |           | <b>22,92</b>  | <b>25,15</b>  | <b>105,53</b> | <b>696,55</b>  | <b>355,22</b>  | <b>68,40</b>  | <b>285,66</b>  | <b>4,42</b>  | <b>189,28</b>  | <b>0,52</b> | <b>0,38</b> | <b>31,65</b>  |
|             | <b>Обед 6 день</b>  |           |               |               |               |                |                |               |                |              |                |             |             |               |
| ТТК №138    | Салат "Рыжик"   | 100       | 1,44          | 2,68          | 3,20          | 42,68          | 28,38          | 6,42          | 60,70          | 0,06         | 5,500          | 0,04        | 0,05        | 2,11          |
| 124/04      | Щи со св. капусты и картофеля с мясом и сметаной                | 200/27/25 | 9,50          | 8,53          | 26,31         | 220,01         | 113,02         | 4,52          | 94,37          | 0,49         | 79,12          | 0,12        | 0,01        | 3,95          |
| ТТК 156     | Котлета рыбная "По-волжски"                                     | 100/10    | 6,54          | 14,09         | 18,26         | 226,01         | 210,79         | 17,89         | 105,00         | 0,29         | 178,00         | 0,05        | 0,03        | 1,00          |
| 511/04      | Рис отварной  | 200       | 1,42          | 1,41          | 18,55         | 92,57          | 60,00          | 35,55         | 124,44         | 0,44         | 6,67           | 0,05        | 0,02        | 5,55          |
| ТТК 349     | Напиток из смеси ягод Я-Яшка №3                                 | 200       | 0,00          | 0,00          | 14,00         | 56,00          | 12,00          | 6,00          | 8,00           | 0,08         | 0,00           | 0,01        | 0,00        | 7,00          |
|             | Хлеб пшеничный  | 50        | 3,77          | 0,12          | 24,05         | 112,36         | 9,75           | 6,83          | 31,72          | 0,53         | 0,00           | 0,01        | 0,05        | 0,00          |
|             | Хлеб ржано-пшеничный  | 25        | 1,88          | 0,38          | 9,38          | 48,46          | 13,25          | 8,25          | 26,50          | 0,77         | 1,120          | 0,03        | 0,05        | 0,00          |
|             | <b>Итого за прием</b>   |           | <b>24,55</b>  | <b>27,21</b>  | <b>113,75</b> | <b>798,09</b>  | <b>433,94</b>  | <b>77,21</b>  | <b>424,23</b>  | <b>1,89</b>  | <b>263,79</b>  | <b>0,24</b> | <b>0,11</b> | <b>19,61</b>  |
|             | <b>Итого за 6 дней:</b>   |           | <b>151,46</b> | <b>163,51</b> | <b>686,65</b> | <b>4567,59</b> | <b>2136,29</b> | <b>467,79</b> | <b>2036,03</b> | <b>24,23</b> | <b>1484,35</b> | <b>2,56</b> | <b>1,87</b> | <b>132,74</b> |
|             | <b>В среднем за 1 день:</b>                                     |           | <b>25,24</b>  | <b>27,25</b>  | <b>114,44</b> | <b>761,27</b>  | <b>356,05</b>  | <b>77,97</b>  | <b>339,34</b>  | <b>4,04</b>  | <b>247,39</b>  | <b>0,43</b> | <b>0,31</b> | <b>22,12</b>  |

|                 |  |           |              |              |               |               |               |              |               |             |               |             |             |              |
|-----------------|--|-----------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
|                 | <b>Обед 7 день</b>                               |           |              |              |               |               |               |              |               |             |               |             |             |              |
| 139/04          | Суп с бобовыми и мясом                           | 200/25    | 4,37         | 7,16         | 13,39         | 135,48        | 133,12        | 5,53         | 59,06         | 1,74        | 101,43        | 0,02        | 0,19        | 2,20         |
| 423/04          | Бефстроганов (говядина)                          | 55/55     | 10,60        | 10,05        | 9,04          | 169,01        | 152,00        | 18,06        | 85,07         | 0,43        | 185,35        | 0,200       | 0,04        | 4,20         |
| Таб.4. 508/04   | Каша гречневая рассыпчатая                       | 180       | 4,50         | 5,10         | 34,90         | 203,50        | 114,00        | 38,00        | 112,00        | 0,32        | 141,00        | 0,08        | 0,16        | 0,00         |
| ТТК 374         | Морс из клюквы                                   | 200       | 0,00         | 0,00         | 14,00         | 56,00         | 12,00         | 3,00         | 6,00          | 0,08        | 0,00          | 0,01        | 0,00        | 15,00        |
|                 | Хлеб пшеничный                                   | 50        | 3,77         | 0,12         | 24,05         | 112,36        | 9,75          | 6,83         | 31,72         | 0,53        | 0,00          | 0,01        | 0,05        | 0,00         |
|                 | Хлеб ржано-пшеничный                             | 25        | 1,88         | 0,38         | 9,38          | 48,46         | 13,25         | 8,25         | 26,50         | 0,77        | 1,120         | 0,03        | 0,05        | 0,00         |
| ТТК 3           | Булочка Ромашка                                  | 65        | 0,11         | 1,40         | 10,40         | 54,64         | 44,18         | 13,96        | 60,16         | 1,20        | 52,64         | 0,06        | 0,05        | 0,00         |
|                 | <b>Итого за прием</b>                            |           | <b>25,23</b> | <b>24,21</b> | <b>115,16</b> | <b>724,81</b> | <b>399,12</b> | <b>79,67</b> | <b>320,35</b> | <b>2,57</b> | <b>428,90</b> | <b>0,35</b> | <b>0,49</b> | <b>21,40</b> |
|                 | <b>Обед 8 день</b>                               |           |              |              |               |               |               |              |               |             |               |             |             |              |
| 110/04          | Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной  | 200/20/20 | 5,74         | 8,83         | 17,00         | 170,43        | 87,82         | 18,52        | 65,44         | 1,17        | 102,260       | 0,170       | 0,09        | 3,20         |
| 451/04          | Биточек из говядины с маслом сливочным           | 100/10    | 7,33         | 7,02         | 8,00          | 124,50        | 173,80        | 5,80         | 44,20         | 0,36        | 175,10        | 0,15        | 0,00        | 4,40         |
| ТТК 333, 516/04 | Макаронные изделия отварные                      | 200       | 5,88         | 11,06        | 44,12         | 299,54        | 188,00        | 30,20        | 125,00        | 1,1         | 118,00        | 0,2         | 0,23        | 0,00         |
| ТТК 349         | Напиток из смеси ягод Я-Яшка №3                  | 200       | 0,00         | 0,00         | 14,00         | 56,00         | 12,00         | 6,00         | 8,00          | 0,08        | 0,00          | 0,01        | 0,00        | 7,00         |
|                 | Хлеб пшеничный                                   | 50        | 3,77         | 0,12         | 24,05         | 112,36        | 9,75          | 6,83         | 31,72         | 0,53        | 0,00          | 0,01        | 0,05        | 0,00         |
|                 | Хлеб ржано-пшеничный                             | 25        | 1,88         | 0,38         | 9,38          | 48,46         | 13,25         | 8,25         | 26,50         | 0,77        | 1,120         | 0,03        | 0,05        | 0,00         |
|                 | Фрукты   | 100       | 0,40         | 0,40         | 9,60          | 43,60         | 16,00         | 9,00         | 11,00         | 1,25        | 0,00          | 0,02        | 0,03        | 7,00         |
|                 | <b>Итого за прием</b>                            |           | <b>25,00</b> | <b>27,81</b> | <b>126,15</b> | <b>854,89</b> | <b>500,62</b> | <b>84,60</b> | <b>311,86</b> | <b>5,26</b> | <b>396,48</b> | <b>0,59</b> | <b>0,45</b> | <b>21,60</b> |
|                 | <b>Обед 9 день</b>                               |           |              |              |               |               |               |              |               |             |               |             |             |              |
| 124/04          | Щи со св. капусты и картофеля с мясом и сметаной | 200/25/18 | 9,50         | 8,53         | 26,31         | 220,01        | 113,02        | 4,52         | 94,37         | 0,49        | 79,12         | 0,12        | 0,01        | 3,95         |
| 443/04          | Плов из говядины                                 | 50/150    | 10,00        | 15,60        | 34,70         | 319,20        | 150,16        | 30,75        | 170,40        | 1,67        | 122,00        | 0,17        | 0,02        | 4,78         |
| 592/94          | Кисель из клюквы                                 | 200       | 0,00         | 0,00         | 14,00         | 56,00         | 12,00         | 3,00         | 6,00          | 0,08        | 0,00          | 0,01        | 0,00        | 15,00        |
|                 | Хлеб пшеничный                                   | 50        | 3,77         | 0,12         | 24,05         | 112,36        | 9,75          | 6,83         | 31,72         | 0,53        | 0,00          | 0,01        | 0,05        | 0,00         |
|                 | Хлеб ржано-пшеничный                             | 25        | 1,88         | 0,38         | 9,38          | 48,46         | 13,25         | 8,25         | 26,50         | 0,77        | 1,120         | 0,03        | 0,05        | 0,00         |
|                 | Молочный напиток Топтыжка                        | 200       | 2,80         | 1,50         | 15,60         | 87,10         | 16,00         | 9,00         | 11,00         | 1,25        | 0,000         | 0,02        | 0,03        | 5,00         |
|                 | <b>Итого за прием</b>                            |           | <b>27,95</b> | <b>26,13</b> | <b>124,04</b> | <b>843,13</b> | <b>314,18</b> | <b>62,35</b> | <b>339,99</b> | <b>4,79</b> | <b>202,24</b> | <b>0,36</b> | <b>0,16</b> | <b>23,73</b> |
|                 | <b>Обед 10 день</b>                              |           |              |              |               |               |               |              |               |             |               |             |             |              |
| ТТК 96          | Салат "Удинский "                                | 100       | 1,40         | 1,10         | 2,30          | 24,70         | 39,00         | 5,00         | 8,00          | 0,05        | 17,000        | 0,06        | 0,04        | 1,20         |
| 131/04          | Рассольник Домашний с мясом и сметаной           | 200/18/18 | 3,22         | 7,49         | 22,47         | 170,17        | 37,12         | 7,29         | 2,70          | 1,11        | 80,450        | 0,25        | 0,02        | 7,50         |
| 462/04          | Тефтели из говядины (2 вариант)                  | 100/20    | 10,59        | 9,64         | 5,41          | 150,76        | 146,44        | 23,30        | 103,98        | 1,25        | 87,50         | 0,00        | 0,13        | 0,00         |
| Таб.4. 508/04   | Каша гречневая рассыпчатая                       | 180       | 4,50         | 5,10         | 34,90         | 203,50        | 114,00        | 38,00        | 112,00        | 0,32        | 141,00        | 0,08        | 0,16        | 0,00         |
| ТТК 360         | Напиток из смеси ягод Я-Яшка №1                  | 200       | 0,00         | 0,00         | 14,00         | 56,00         | 12,00         | 6,00         | 8,00          | 0,08        | 0,00          | 0,01        | 0,00        | 7,00         |
|                 | Хлеб пшеничный                                   | 50        | 3,77         | 0,12         | 24,05         | 112,36        | 9,75          | 6,83         | 31,72         | 0,53        | 0,00          | 0,01        | 0,05        | 0,00         |
|                 | Хлеб ржано-пшеничный                             | 25        | 1,88         | 0,38         | 9,38          | 48,46         | 13,25         | 8,25         | 26,50         | 0,77        | 1,120         | 0,03        | 0,05        | 0,00         |
|                 | <b>Итого за прием</b>                            |           | <b>25,36</b> | <b>23,83</b> | <b>112,51</b> | <b>741,25</b> | <b>332,56</b> | <b>94,67</b> | <b>284,90</b> | <b>4,11</b> | <b>327,07</b> | <b>0,38</b> | <b>0,45</b> | <b>15,70</b> |

| Обед 11 день |   |        |               |               |                |                |                |               |                |              |                |             |             |               |
|--------------|---|--------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|----------------|--------------|----------------|-------------|-------------|---------------|
| 148/04       | Суп-лапша Домашняя с мясом птицы                    | 200/38 | 4,43          | 8,20          | 20,03          | 171,64         | 106,86         | 36,4          | 62,10          | 1,72         | 27,000         | 0,23        | 0,10        | 2,20          |
| 438/04       | Азу из говядины                                     | 60/140 | 16,62         | 15,92         | 26,46          | 315,60         | 208,00         | 36,89         | 180,15         | 0,10         | 43,61          | 0,08        | 0,11        | 0,14          |
| ТТК357       | Напиток Витошка с витаминами и пребиотиком (малина) | 200    | 0,00          | 0,00          | 18,60          | 74,40          | 12,00          | 6,00          | 8,00           | 0,08         | 120,00         | 0,24        | 0,30        | 15,00         |
|              | Хлеб пшеничный                                      | 50     | 3,77          | 0,12          | 24,05          | 112,36         | 9,75           | 6,83          | 31,72          | 0,53         | 0,00           | 0,01        | 0,05        | 0,00          |
|              | Хлеб ржано-пшеничный                                | 25     | 1,88          | 0,38          | 9,38           | 48,46          | 13,25          | 8,25          | 26,50          | 0,77         | 1,120          | 0,03        | 0,05        | 0,00          |
| ТТК 30       | Эчпочмак  | 120    | 3,20          | 4,15          | 15,60          | 112,55         | 51,54          | 3,00          | 11,00          | 0,05         | 0,000          | 0,02        | 0,03        | 0,00          |
|              | <b>Итого за прием</b>                               |        | <b>29,90</b>  | <b>28,77</b>  | <b>114,12</b>  | <b>835,01</b>  | <b>401,40</b>  | <b>97,37</b>  | <b>319,47</b>  | <b>3,25</b>  | <b>191,73</b>  | <b>0,61</b> | <b>0,64</b> | <b>17,34</b>  |
| Обед 12 день |   |        |               |               |                |                |                |               |                |              |                |             |             |               |
| 133/04       | Суп картофельный с мясными фрикадельками            | 200/30 | 10,62         | 12,88         | 23,88          | 253,92         | 138,15         | 16,3          | 61,17          | 0,13         | 144,32         | 0,14        | 0,06        | 1,15          |
| ТТК 65       | Голубцы ленивые со сметаной                         | 200    | 12,80         | 12,50         | 44,60          | 342,10         | 150,16         | 30,75         | 170,40         | 0,67         | 92,00          | 0,17        | 0,02        | 6,78          |
| ТТК 349      | Напиток из смеси ягод Я-Яшка №3                     | 200    | 0,00          | 0,00          | 14,00          | 56,00          | 12,00          | 6,00          | 8,00           | 0,08         | 0,00           | 0,01        | 0,00        | 7,00          |
|              | Хлеб пшеничный                                      | 50     | 3,77          | 0,12          | 24,05          | 112,36         | 9,75           | 6,83          | 31,72          | 0,53         | 0,00           | 0,01        | 0,05        | 0,00          |
|              | Хлеб ржано-пшеничный                                | 25     | 1,88          | 0,38          | 9,38           | 48,46          | 13,25          | 8,25          | 26,50          | 0,77         | 1,120          | 0,03        | 0,05        | 0,00          |
|              | Фрукты  | 100    | 0,40          | 0,40          | 9,60           | 43,60          | 16,00          | 9,00          | 11,00          | 1,25         | 0,000          | 0,02        | 0,03        | 5,00          |
|              | <b>Итого за прием</b>                               |        | <b>29,47</b>  | <b>26,28</b>  | <b>125,51</b>  | <b>856,44</b>  | <b>339,31</b>  | <b>77,13</b>  | <b>308,79</b>  | <b>3,43</b>  | <b>237,44</b>  | <b>0,38</b> | <b>0,21</b> | <b>19,93</b>  |
|              | <b>Итого за 6 дней:</b>                             |        | <b>162,91</b> | <b>157,03</b> | <b>717,49</b>  | <b>4855,53</b> | <b>2287,19</b> | <b>495,79</b> | <b>1885,36</b> | <b>23,41</b> | <b>1783,86</b> | <b>2,67</b> | <b>2,40</b> | <b>119,70</b> |
|              | <b>В среднем за 1 день:</b>                         |        | <b>27,15</b>  | <b>26,17</b>  | <b>119,58</b>  | <b>809,26</b>  | <b>381,20</b>  | <b>82,63</b>  | <b>314,23</b>  | <b>3,90</b>  | <b>297,31</b>  | <b>0,45</b> | <b>0,40</b> | <b>19,95</b>  |
|              | <b>Итого за 12 дней:</b>                            |        | <b>314,37</b> | <b>320,54</b> | <b>1404,14</b> | <b>9423,12</b> | <b>4423,48</b> | <b>963,58</b> | <b>3921,39</b> | <b>47,64</b> | <b>3268,21</b> | <b>5,23</b> | <b>4,27</b> | <b>252,44</b> |
|              | <b>В среднем за 1 день:</b>                         |        | <b>26,20</b>  | <b>26,71</b>  | <b>117,01</b>  | <b>785,26</b>  | <b>368,62</b>  | <b>80,30</b>  | <b>326,78</b>  | <b>3,97</b>  | <b>272,35</b>  | <b>0,44</b> | <b>0,36</b> | <b>21,04</b>  |

**Примечание:** Допускается замена одного дня другим.