



«СОГЛАСОВАНО»
Директор «ОЦ «Новые грани»

«01 сентября» 2026 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ «Комбинат питания»

Г.Г. Волков

01 сентября 2026 г.

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ «Комбинат питания»

Учебный год 2026-2027

на период «осень- зима» для питания детей по категориям:

- 1) для учащихся 1-4 классов (7-11 лет);
- 2) для учащихся из малообеспеченных семей (7-11 лет, 12-18 лет);
- 3) для учащихся ОВЗ (7-11 лет, 12-18 лет);
- 4) для учащихся (7-11 лет, 12-18 лет);
- 5) для учащихся из семей мобилизованных и иных категорий граждан, принимающих участие в СВО.

**Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся (ОВЗ) 5- 11 классов общеобразовательных организаций Новосибирской области,
обслуживаемых МАУ "Комбинат питания" 217,20 руб**

12 лет и старше

Сезон: осень- зима

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 день							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,68	2,66	0,00	34,66	№101,2013
	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	210	5,06	10,21	25,82	215,42	ТТК
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112,2013
Всего		632	13,05	13,73	78,92	491,38	
Обед	Салат Витаминка /свежая капуста, яблоки, масло растительное/	100	1,43	5,06	10,56	93,46	№1,2000
	Свекольник со сметаной	260	2,22	6,06	17,24	132,41	ТТК
	Тефтели мясные в соусе томатном	140	12,36	14,71	16,69	248,64	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,04	6,77	54,42	326,74	ТТК
	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	№112,2013
Всего		1 207	32,50	34,05	168,26	1109,52	
Итого		1 839	45,55	47,78	247,18	1600,90	
Обед	Салат Витаминка /свежая капуста, яблоки, масло растительное/	100	1,43	5,06	10,56	93,46	№1,2000
	Свекольник со сметаной	260	2,22	6,06	17,24	132,41	ТТК
	Тефтели мясные в соусе томатном	140	12,36	14,71	16,69	248,64	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,04	6,77	54,42	326,74	ТТК
	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	№112,2013
Всего		1 207	32,50	34,05	168,26	1109,52	

Полдник	Шаньга Сибирская	100	7,64	10,88	46,48	314,42	ТТК
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112,2013
	Всего	440	9,49	11,72	77,22	452,29	
Итого		1 647	42,00	45,77	245,48	1561,80	
2 день							
Завтрак	Омлет натуральный	150	15,92	21,55	2,73	268,57	№301,2013
	Чай с сахаром и молоком	200	1,78	1,65	12,35	71,42	№630, 1994
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109,2013
	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013
	Всего	570	20,88	24,25	52,62	512,23	
Обед	Салат Школьный /свекла, огурцы, горошек, масло растительное/	100	1,64	10,03	8,25	129,79	ТТК
	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,09	4,64	16,63	116,65	ТТК
	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	270	20,27	10,15	33,27	305,53	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	Всего	871	26,93	25,34	94,94	715,56	
Итого		1 441	47,81	49,59	147,56	1227,79	
Обед	Салат Школьный /свекла, огурцы, горошек, масло растительное/	100	1,64	10,03	8,25	129,79	ТТК
	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,25	5,14	16,84	122,66	ТТК
	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	280	22,63	10,34	33,31	316,84	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	31	2,36	0,28	15,41	73,56	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	№ 109, сб. 2013г
	Всего	902	30,49	26,17	103,15	770,07	
Полдник	Булочка Дорожная	100	8,44	9,77	54,26	338,77	№770,2004
	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№515,2013
	Яблоко свежее	230	0,92	0,92	22,54	102,12	№112,2013
	Всего	530	14,96	17,09	86,20	558,49	
Итого		1 432	45,46	43,26	189,35	1328,56	
3 день							
Завтрак	Бутерброд с повидлом, маслом на булочке с кунжутом	90	4,61	10,94	47,21	305,75	ТТК
	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	4,17	5,96	23,25	163,31	ТТК
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
	Всего	623	12,95	19,28	109,88	664,90	
Обед	Икра кабачковая	80	1,28	5,04	5,92	74,16	№115,2013

	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	4,99	4,45	17,67	130,71	ТТК
	Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	150	12,28	8,46	7,19	154,06	№309/3,1994
	Рис припущенный	180	4,45	3,89	46,68	239,53	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ттк
	Хлеб пшеничный	31	2,36	0,28	15,41	73,56	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№ 109, сб. 2013г
Всего		919	27,35	22,60	126,45	818,63	
Итого		1 542	40,31	41,89	236,33	1483,53	
Обед	Икра кабачковая	80	1,28	5,04	5,92	74,16	№115,2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	4,99	4,45	17,67	130,71	ТТК
	Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	150	12,28	8,46	7,19	154,06	№309/3,1994
	Рис припущенный	180	4,45	3,89	46,68	239,53	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ттк
	Хлеб пшеничный	31	2,36	0,28	15,41	73,56	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№ 109, сб. 2013г
Всего		919	27,35	22,60	126,45	818,63	
Полдник	Ромовая баба	100	6,03	9,05	63,18	358,29	ТТК
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
Всего		420	7,73	9,84	92,42	489,16	
Итого		1 339	35,08	32,45	218,87	1307,79	
4 день							
Завтрак	Запеканка из творога с соусом из кураги	170	22,46	6,71	52,14	358,83	№366,2004
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,03	0,15	10,96	49,35	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	190	0,76	0,76	18,62	84,36	№112,2013
Всего		607	26,36	7,90	104,19	593,31	
Обед	Маринад морковный	100	1,35	10,12	9,33	133,73	№612, 2004
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,79	4,56	13,22	101,02	ТТК
	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным	120	13,97	16,84	21,34	292,86	ТТК
	Пюре картофельное	180	3,91	4,32	30,63	177,05	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109,2013
Всего		896	23,73	36,21	106,54	846,98	
Итого		1 503	50,09	44,11	210,73	1440,29	
Обед	Маринад морковный	100	1,35	10,12	9,33	133,73	№612, 2004
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	260	1,94	5,06	13,36	106,70	ТТК
	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным	120	13,97	16,84	21,34	292,86	ТТК
	Пюре картофельное	200	4,34	4,81	34,03	196,73	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	39	2,96	0,35	19,38	92,55	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	39	1,83	0,27	19,42	87,48	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	150	1,20	0,30	11,25	52,50	№112,2013

Всего		1 108	27,77	37,79	139,75	1010,16	
Полдник	Рулетик с маком	100	7,92	7,45	49,63	297,29	Ц.Л.от
	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Яблоко свежее	260	1,04	1,04	25,48	115,44	№112,2013
Всего		560	8,96	8,49	91,59	478,65	
Итого		1 668	36,74	46,28	231,34	1488,81	
5 день							
Завтрак	Бутерброд с маслом	30	1,60	7,43	10,07	113,55	ТТК
	Каша Дружба	205	4,14	6,21	24,66	171,08	ТТК
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Мандарины свежие	110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
Всего		575	12,16	17,88	72,92	501,18	
Обед	Салат Золотая осень /капуста, морковь, яблоко, кукуруза, масло/	100	1,30	10,15	11,75	143,46	№13, 2000
	Суп из овощей со сметаной	255	1,90	5,57	11,23	102,66	ТТК
	Филе птицы тушеное в сметанном соусе с томатом	110	15,18	7,26	4,17	142,73	ТТК
	Макаронные изделия отварные	180	7,96	3,91	50,82	270,29	ТТК
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	190	0,76	0,76	18,62	84,36	№112,2013
Всего		1 081	31,02	28,08	139,65	935,36	
Итого		1 656	43,18	45,95	212,56	1436,54	
Обед	Салат Золотая осень /капуста, морковь, яблоко, кукуруза, масло/	100	1,30	10,15	11,75	143,46	№13, 2000
	Суп из овощей со сметаной	260	2,05	6,07	11,37	108,34	ТТК
	Филе птицы тушеное в сметанном соусе с томатом	110	15,18	7,26	4,17	142,73	ТТК
	Макаронные изделия отварные	180	7,96	3,91	50,82	270,29	ТТК
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	№ 109, сб. 2013г
Всего		916	31,64	27,98	131,12	902,84	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,81	6,53	43,26	283,08	№695, 1994
	Варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00	№516,2013
	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
Всего		420	19,57	11,77	60,46	426,08	
Итого		1 336	51,21	39,75	191,58	1328,91	
6 день							
Завтрак	Сыр порционный	20	5,36	5,32	0,00	69,32	№101,2013
	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая с маслом	210	5,26	10,91	24,07	215,52	ТТК
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК

	Хлеб пшеничный	33	2,51	0,30	16,40	78,31	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	34	1,60	0,24	16,93	76,26	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	№112,2013
Всего		737	17,75	19,71	98,90	644,01	
Обед	Салат Бабушкин салатик /картофель, морковь, огурцы консервированные, зеленый горошек, яйцо, масло/	100	2,35	15,56	10,42	191,10	№32,2000
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,28	5,07	11,83	98,05	ТТК
	Котлета Мозаика	110	15,36	14,77	15,11	254,77	ТТК
	Капуста тушеная	200	4,81	7,07	20,95	166,63	ТТК
	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	№ 109, сб. 2013г
Всего		923	27,68	42,97	106,12	921,93	
Итого		1 660	45,43	62,68	205,02	1565,94	
Обед	Салат Бабушкин салатик /картофель, морковь, огурцы консервированные, зеленый горошек, яйцо, масло/	100	2,35	15,56	10,42	191,10	№32,2000
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,28	5,07	11,83	98,05	ТТК
	Котлета Мозаика	110	15,36	14,77	15,11	254,77	ТТК
	Капуста тушеная	200	4,81	7,07	20,95	166,63	ТТК
	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	№ 109, сб. 2013г
Всего		923	27,68	42,97	106,12	921,93	
Полдник	Бутерброд с сыром и маслом	60	7,72	12,84	15,04	206,60	№3, 2004
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Яблоко свежее	230	0,92	0,92	22,54	102,12	№112,2013
		490	9,38	14,31	57,82	397,59	
Итого		1 413	37,06	57,28	163,94	1319,52	
2 неделя							
1 день							
Завтрак	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,20	99,14	№105,2013
	Макаронные изделия отварные с сыром	200	12,35	10,96	44,51	326,07	ТТК
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	№112,2013
		741	17,96	23,45	113,79	738,00	
Обед	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№115,2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	4,99	4,45	17,67	130,71	ТТК
	Фрикадельки из филе курицы в соусе красном	120	18,09	7,80	19,11	218,99	ТТК
	Каша перловая рассыпчатая	180	5,06	3,86	36,19	199,68	ТТК

	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
Всего		905	33,19	22,86	124,20	835,26	
Итого		1 646	51,15	46,30	237,99	1573,26	
Обед	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№115,2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	4,99	4,45	17,67	130,71	ТТК
	Фрикадельки из филе курицы в соусе красном	120	18,09	7,80	19,11	218,99	ТТК
	Каша перловая рассыпчатая	180	5,06	3,86	36,19	199,68	ТТК
	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
Всего		905	33,19	22,86	124,20	835,26	
Полдник	Хачапури с сыром	100	14,61	15,42	40,63	359,77	№850,1997
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		500	16,15	16,78	80,47	537,44	
Итого		1 405	49,34	39,63	204,67	1372,70	
2 день							
Завтрак	Творожная запеканка с морковью и яблоком, с повидлом	150	16,46	6,08	45,35	301,98	№30, 2012 (2 часть, с112)
	Чай с сахаром и молоком	200	1,78	1,65	12,35	71,42	№630, 1994
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	№ 108, с6. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,88	0,28	19,92	89,72	№ 109, с6. 2013г
	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
Всего		550	24,12	8,62	106,51	600,04	
Обед	Салат Веснушка / капуста свежая, кукуруза консервированная, масло/	100	1,70	5,06	10,77	95,38	№6,2000
	Суп из овощей со сметаной	255	1,90	5,57	11,23	102,66	ТТК
	Печень по-строгоновски	120	11,79	10,98	7,22	174,87	№431, 2004
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,09	4,52	41,45	234,87	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	№ 109, с6. 2013г
Всего		903	25,70	26,57	106,17	766,58	
Итого		1 453	49,82	35,18	212,68	1366,61	
Обед	Салат Веснушка / капуста свежая, кукуруза консервированная, масло/	100	1,70	5,06	10,77	95,38	№6,2000
	Суп из овощей со сметаной	255	1,90	5,57	11,23	102,66	ТТК
	Печень по-строгоновски	120	11,79	10,98	7,22	174,87	№431, 2004
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,09	4,52	41,45	234,87	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,23	12,92	61,70	№ 108, с6. 2013г

	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013
Всего		1 082	26,34	27,28	123,32	844,12	
Полдник	Сдоба с маком, помадкой	110	8,25	9,83	61,36	366,87	ТТК
	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№515,2013
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
Всего		410	14,65	16,43	78,26	519,47	
Итого		1 492	40,99	43,71	201,57	1363,59	
3 день							
Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом на булочке с кунжутом	70	7,20	13,59	28,01	263,15	№ 111, 2012
	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	205	5,27	6,15	28,75	191,42	ТТК
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,11	7,97	35,89	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	170	0,68	0,68	16,66	75,48	№112,2013
Всего		661	14,10	20,58	91,44	607,38	
Обед	Салат Мишат /морковь, яблоко, яйцо, масло растительное/	100	1,84	10,23	6,91	127,08	ТТК
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	1,68	6,05	9,04	97,32	ТТК
	Плов из филе птицы	280	24,68	15,10	56,68	461,30	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,27	0,19	13,45	60,56	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
Всего		994	32,82	32,11	130,81	943,51	
Итого		1 655	46,92	52,69	222,25	1550,89	
Обед	Салат Мишат /морковь, яблоко, яйцо, масло растительное/	100	1,84	10,23	6,91	127,08	ТТК
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	1,68	6,05	9,04	97,32	ТТК
	Плов из филе птицы	280	24,68	15,10	56,68	461,30	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,27	0,19	13,45	60,56	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
Всего		994	32,82	32,11	130,81	943,51	
Полдник	Сдоба с повидлом	100	8,41	12,30	65,37	405,84	ТТК, ЦПЛ
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		500	9,95	13,65	105,21	583,51	
Итого		1 494	42,77	45,76	236,02	1527,02	
4 день							
Завтрак	Омлет с сыром	150	19,86	22,54	2,68	292,99	№309,2013
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	37	1,74	0,26	18,43	82,99	№ 109, сб. 2013г

	Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112,2013
Всего		551	27,28	25,35	65,73	600,20	
Обед	Салат из белокачанной капусты /капуста, морковь, масло растительное/	100	1,55	5,01	9,95	91,03	№43,2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,28	5,07	11,83	98,05	ТТК
	Котлета из минтая с маслом	105	9,84	9,92	19,86	208,07	ТТК
	Картофель отварной	180	3,53	3,44	34,46	182,87	ТТК
	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
	Хлеб пшеничный	28	2,13	0,25	13,92	66,44	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№ 109, сб. 2013г
Всего		891	19,79	23,90	114,40	751,82	
Итого		1 442	47,06	49,25	180,14	1352,02	
Обед	Салат из белокачанной капусты /капуста, морковь, масло растительное/	100	1,55	5,01	9,95	91,03	№43,2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,28	5,07	11,83	98,05	ТТК
	Котлета из минтая с маслом	110	9,88	13,55	19,92	241,11	ТТК
	Картофель отварной	200	3,92	3,82	38,28	203,18	ТТК
	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	№ 109, сб. 2013г
Всего		927	20,91	27,99	123,77	830,64	
Полдник	Кекс творожный	100	9,97	14,28	54,91	388,02	ТТК
	Варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00	№516,2013
	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112,2013
Всего		440	16,89	19,56	73,61	538,02	
Итого		1 367	37,80	47,55	197,38	1368,66	
5 день							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	260	4,90	10,23	34,58	250,03	№268, 2013
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	№112,2013
Всего		765	14,03	15,52	105,44	617,57	
Обед	Винегрет овощной	100	1,22	10,07	8,34	128,89	№71, 2004
	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,09	4,64	16,63	116,65	ТТК
	Биточки мясные в соусе красном основном	140	13,68	10,00	22,31	233,99	ТТК
	Макаронные изделия отварные	180	7,96	3,91	50,82	270,29	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	22	1,67	0,20	10,93	52,21	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,03	0,15	10,96	49,35	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
Всего		1 019	28,61	29,34	141,39	944,05	
Итого		1 784	42,64	44,86	246,82	1561,62	

Обед	Винегрет овощной	100	1,22	10,07	8,34	128,89	№71, 2004
	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,09	4,64	16,63	116,65	ТТК
	Биточки мясные в соусе красном основном	140	13,68	10,00	22,31	233,99	ТТК
	Макаронные изделия отварные	180	7,96	3,91	50,82	270,29	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	22	1,67	0,20	10,93	52,21	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,03	0,15	10,96	49,35	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
Всего		1 019	28,61	29,34	141,39	944,05	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,81	6,53	43,26	283,08	№695, 1994
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		500	14,34	7,89	83,10	460,74	
Итого		1 519	42,95	37,23	224,48	1404,80	
6 день							
Завтрак	Омлет с запеченным картофелем	200	16,60	33,13	29,16	481,20	ТТК
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112,2013
Всего		590	21,53	33,92	78,81	706,63	
Обед	Салат Овощной букет/картофель, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло/	100	1,34	15,08	10,74	184,01	№35,2000
	Суп картофельный с рисом	250	1,69	5,13	15,85	116,36	ТТК
	Гуляш из филе птицы	110	14,96	6,93	4,82	141,49	ТТК
	Бобовые отварные /горох/	200	18,49	5,43	44,62	301,25	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ТТК
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	№ 109, сб. 2013г
Всего		928	41,37	33,39	129,50	983,98	
Итого		1 518	62,90	67,31	208,31	1690,61	
Обед	Салат Овощной букет/картофель, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло/	100	1,34	15,08	10,74	184,01	№35,2000
	Суп картофельный с рисом	250	1,69	5,13	15,85	116,36	ТТК
	Гуляш из филе птицы	100	12,60	5,84	4,78	122,09	ТТК
	Бобовые отварные /горох/	180	16,64	4,88	40,15	271,12	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ТТК
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	18	0,85	0,13	8,96	40,37	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		1 068	36,12	32,32	129,67	954,01	

Полдник	Бутерброд с сыром и маслом	50	5,04	10,18	15,04	171,94	ТТК
	Снежок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	№516,2013
	Мандарины свежие	110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
Всего		360	11,32	15,40	44,89	363,44	
Итого		1 428	47,44	47,72	174,56	1317,45	
Всего за две недели СМЕНА 1		19 139	572,86	587,59	2567,57	17849,99	
Среднее значение за период		1 594,92	47,74	48,97	213,96	1487,50	
Всего за две недели СМЕНА 2		17 540	508,82	526,37	2479,24	16689,61	
Среднее значение за период		1 461,67	42,40	43,86	206,60	1390,80	

12 лет и старше (Первая смена)

ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 60%)					
Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Белки	90,00	54,00	572,86	47,74	42,96
Жиры	92,00	55,20	587,59	48,97	45,05
Углеводы	383,00	229,80	2567,57	213,96	819,48
Калорийность	2720,00	1632,00	17849,99	1487,50	40459,97
ВитаминС	70,00	42,00	1645,38	137,12	95,98
ВитаминВ1	1,40	0,84	10,60	0,88	0,01
ВитаминВ2	1,60	0,96	29,65	2,47	0,04
ВитаминА	900,00	540,00	1024,68	85,39	768,51
ВитаминD	10,00	6,00	12,09	1,01	0,10
Са	1200,00	720,00	5333,09	444,42	5333,09
Р	1200,00	720,00	9391,25	782,60	9391,25
Mg	300,00	180,00	2778,54	231,55	694,64
Fe	18,00	10,80	180,47	15,04	2,71
К	1200,00	720,00	30206,45	2517,20	30206,45
Фтор	4,00	2,40	1140,28	95,02	3,80
Иод	100,00	60,00	45,20	3,77	3,77

Селен	50,00	30,00	275,58	22,97	11,48
-------	-------	-------	--------	-------	-------

12 лет и старше (Вторая смена)

ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 50%)					
Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Белки	90,00	45,00	508,82	42,40	38,16
Жиры	92,00	46,00	526,37	43,86	40,35
Углеводы	383,00	191,50	2479,24	206,60	791,29
Калорийность	2720,00	1360,00	16689,61	1390,80	37829,79
ВитаминС	70,00	35,00	2358,50	196,54	137,58
ВитаминВ1	1,40	0,70	10,06	0,84	0,01
ВитаминВ2	1,60	0,80	24,23	2,02	0,03
Витамина	900,00	450,00	474,16	39,51	355,62
ВитаминD	10,00	5,00	11,53	0,96	0,10
Са	1200,00	600,00	5237,96	436,50	5237,95
Р	1200,00	600,00	7879,88	656,66	7879,88
Mg	300,00	150,00	2652,63	221,05	663,16
Fe	18,00	9,00	167,20	13,93	2,51
К	1200,00	600,00	28593,95	2382,83	28593,95
Фтор	4,00	2,00	1078,30	89,86	3,59
Иод	100,00	50,00	44,76	3,73	3,73
Селен	50,00	25,00	255,68	21,31	10,65

Ведомость контроля за рационом питания

с 01.09.2026

Режим питания: Двухразовое

Возрастная категория: 12 лет и старше

Номер смены: Первая смена

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции в граммах, г (нетто)	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека												В среднем за неделю (12 дней)	Отклонен ие от нормы в % (+/-)
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1	Хлеб ржаной	120	65,00	45,00	28,00	42,00	51,00	65,00	60,00	61,00	43,00	65,00	53,00	63,00	53,42	-55,50
2	Хлеб пшеничный	200	75,00	41,00	31,00	46,00	45,00	80,00	80,60	67,00	27,00	77,00	78,50	65,00	59,43	-70,30
3	Мука пшеничная	20	6,85	4,00	30,35	1,67	69,44	2,40	8,00	5,00	30,35	0,00	6,25	3,70	14,00	-30,00
4	Крупы, бобовые	50	120,20	5,00	103,00	27,10	22,00	25,00	78,10	75,50	100,00	6,00	36,25	95,00	57,76	15,50
5	Макаронные изделия	20	0,00	0,00	0,00	0,00	72,00	0,00	63,00	0,00	0,00	0,00	72,00	0,00	17,25	-13,80
6	Картофель	187	33,00	200,00	33,00	168,50	40,00	85,93	33,00	40,00	30,00	235,00	80,62	226,57	100,47	-46,30
7	Овощи (свежие, мороженные, консервированные) включая соленые и квашенные	320	171,09	144,43	147,50	179,70	115,95	333,75	154,17	152,74	133,96	115,50	133,84	74,80	154,79	-51,60
8	Фрукты свежие	185	412,00	220,00	100,00	212,00	315,00	240,00	257,00	163,31	311,00	146,00	380,00	130,00	240,53	30,00
9	Сухофрукты	20	0,00	0,00	20,00	4,95	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	20,00	7,08	-64,60
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в том числе инстантные	200	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	-97,50
11	Мясо 1-й категории	78	31,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	29,90	0,00	5,09	-93,50
12	Субпродукты (печень)	40	0,00	0,00	0,00	62,50	0,00	0,00	0,00	88,81	0,00	0,00	0,00	0,00	12,61	-68,50
13	Птица (цыплята-бройлеры потрашенные - 1 кат)	53	18,00	81,02	0,00	0,00	76,43	40,00	60,00	0,00	92,67	0,00	18,00	76,43	38,55	-27,30
14	Рыба (филе), в т.ч филе слабо- или малосоленое	77	0,00	0,00	93,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00	0,00	0,00	11,92	-84,50
15	Молоко	350	8,00	11,00	20,89	3,42	20,00	14,00	0,00	6,00	14,89	11,00	22,00	7,50	11,56	-96,70
16	Кисломолочная продукция	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
17	Творог (5% - 9% м.д.ж)	60	0,00	0,00	0,00	111,60	0,00	0,00	0,00	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,55	-74,10
18	Сыр	15	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	28,00	20,00	0,00	10,00	18,00	0,00	0,00	7,17	-52,20
19	Сметана	10	10,00	5,00	0,00	15,36	236,48	0,00	0,00	26,67	10,00	0,00	5,00	0,00	25,71	157,10
20	Масло сливочное	35	15,00	0,00	19,50	4,50	19,50	20,00	26,50	4,50	15,00	9,50	14,50	16,70	13,77	-60,70
21	Масло растительное	18	21,13	29,58	12,00	32,00	19,80	30,00	10,00	21,40	26,80	19,00	21,00	37,40	23,34	29,70
22	Яйцо, гр	40	0,00	115,00	3,32	8,60	0,00	13,00	8,10	3,75	12,32	111,00	3,60	94,10	31,07	-22,30
23	Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков)	35	24,53	20,00	32,91	60,93	31,00	21,00	10,75	37,50	30,41	25,00	29,38	20,00	28,62	-18,20
24	Кондитерские изделия	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
25	Чай	2	1,00	1,00	0,00	1,00	0,00	0,00	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	1,00	0,58	-70,80
26	Какао-порошок	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,67	-44,40

27	Кофейный напиток	2	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	2,00	0,00
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00	0,18	-38,80
29	Крахмал	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
30	Соль пищевая поваренная йодированная	5	7,32	1,30	4,23	5,96	8,13	5,00	2,51	3,96	2,93	4,30	4,55	6,30	4,71	-5,90
31	Специи	2	0,20	0,21	0,36	0,52	0,40	0,02	0,10	0,20	0,23	0,30	0,20	0,60	0,28	-86,00

Ведомость контроля за рационом питания
с 01.09.2026

Режим питания: Двухразовое

Возрастная категория: 12 лет и старше

Номер смены: Вторая смена

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции в граммах, г (нетто)	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека												В среднем за неделю (12 дней)	Отклонен ие от нормы в % (+/-)
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1	Хлеб ржаной	120	30,00	31,00	28,00	39,00	31,00	31,00	25,00	21,00	27,00	33,00	22,00	18,00	28,00	-76,70
2	Хлеб пшеничный	200	45,00	31,00	31,00	39,00	35,00	77,00	46,60	26,00	27,00	49,00	44,50	50,00	41,76	-79,10
3	Мука пшеничная	20	66,49	74,17	42,00	64,37	120,60	2,40	60,31	71,16	69,74	29,00	57,41	3,70	55,11	175,60
4	Крупы, бобовые	50	95,20	5,00	83,00	18,70	0,00	0,00	78,10	63,00	70,00	6,00	5,00	86,00	42,50	-15,00
5	Макаронные изделия	20	0,00	0,00	0,00	0,00	72,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	72,00	0,00	12,00	-40,00
6	Картофель	187	33,00	200,00	33,00	185,00	40,00	85,93	33,00	40,00	30,00	255,00	80,62	97,27	92,73	-50,40
7	Овощи (свежие, мороженные, консервированные) включая соленые и квашенные	320	171,09	144,43	147,50	179,70	115,95	333,75	154,17	133,90	133,96	115,50	133,84	74,80	153,22	-52,10
8	Фрукты свежие	185	405,00	270,00	120,00	432,00	135,00	230,00	200,00	302,00	341,00	156,00	340,00	310,00	270,08	46,00
9	Сухофрукты	20	0,00	0,00	25,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	20,00	7,08	-64,60
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в том числе инстантные	200	220,00	0,00	200,00	20,00	0,00	220,00	220,00	0,00	200,00	0,00	200,00	0,00	106,67	-46,70
11	Мясо 1-й категории	78	31,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	29,90	0,00	5,09	-93,50
12	Субпродукты (печень)	40	0,00	0,00	0,00	62,50	0,00	0,00	0,00	88,81	0,00	0,00	0,00	0,00	12,61	-68,50
13	Птица (цыплята-бройлеры потрашенные - 1 кат)	53	18,00	92,59	0,00	0,00	76,43	40,00	60,00	0,00	92,67	0,00	18,00	63,69	38,45	-27,50
14	Рыба (филе), в т.ч филе слабо- или малосоленое	77	0,00	0,00	93,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00	0,00	0,00	11,92	-84,50
15	Молоко	350	1,49	212,46	0,00	5,46	1,29	0,00	1,39	212,43	1,74	0,00	1,29	0,00	36,46	-89,60
16	Кисломолочная продукция	180	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00	200,00	50,00	-72,20
17	Творог (5% - 9% м.д.ж)	60	0,00	0,00	0,00	0,00	32,25	0,00	0,00	0,00	0,00	26,00	32,25	0,00	7,54	-87,40
18	Сыр	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	28,00	29,32	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	5,61	-62,60
19	Сметана	10	25,00	10,00	0,00	15,56	241,48	0,00	0,00	21,67	10,00	0,00	5,00	0,00	27,39	173,90
20	Масло сливочное	35	9,00	0,00	14,50	5,00	4,50	20,00	6,17	4,50	0,00	30,50	4,50	14,50	9,43	-73,10
21	Масло растительное	18	26,34	30,85	12,25	32,97	24,44	30,00	14,90	25,36	37,62	15,67	25,64	24,80	25,07	39,30

22	Яйцо, гр	40	5,96	7,22	8,00	14,42	10,26	13,00	16,98	9,09	15,95	19,00	13,86	0,00	11,15	-72,10
23	Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков)	35	16,47	19,62	25,10	25,33	24,98	5,00	8,17	24,45	21,27	48,00	21,86	10,00	20,86	-40,40
24	Кондитерские изделия	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
25	Чай	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
26	Какао-порошок	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
27	Кофейный напиток	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	1,99	2,41	2,00	2,21	1,72	0,00	1,85	2,36	2,32	0,00	1,72	0,00	1,55	416,10
29	Крахмал	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
30	Соль пищевая поваренная йодированная	5	6,91	1,52	3,40	3,82	7,65	4,80	3,07	4,54	2,30	2,70	3,81	3,80	4,03	-19,50
31	Специи	2	0,20	0,31	0,53	0,52	0,40	0,02	0,10	0,20	0,20	0,31	0,20	0,60	0,30	-85,00

Рекомендации по корректировке меню: _____

Подпись медицинского работника и дата: _____

Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознакомления: _____

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника: _____

**Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся (ОВЗ) 5- 11 классов общеобразовательных организаций Новосибирской области,
обслуживаемых МАУ "Комбинат питания" 221,77 руб**

12 лет и старше

Сезон: осень- зима

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 день							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,68	2,66	0,00	34,66	№101,2013
	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	210	5,06	10,21	25,82	215,42	ТТК
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112,2013
Всего		632	13,05	13,73	78,92	491,38	
Обед	Салат Витаминка /свежая капуста, яблоки, масло растительное/	120	1,71	6,07	12,68	112,15	№1,2000
	Свекольник со сметаной	260	2,22	6,06	17,24	132,41	ТТК
	Тефтели мясные в соусе томатном	140	12,36	14,71	16,69	248,64	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,04	6,77	54,42	326,74	ТТК
	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	39	2,96	0,35	19,38	92,55	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	37	1,74	0,26	18,43	82,99	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	№112,2013
Всего		1 246	34,03	35,22	179,83	1172,39	
Итого		1 878	47,08	48,94	258,74	1663,77	
Обед	Салат Витаминка /свежая капуста, яблоки, масло растительное/	120	1,71	6,07	12,68	112,15	№1,2000
	Свекольник со сметаной	260	2,22	6,06	17,24	132,41	ТТК
	Тефтели мясные в соусе томатном	140	12,36	14,71	16,69	248,64	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,04	6,77	54,42	326,74	ТТК
	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	39	2,96	0,35	19,38	92,55	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	37	1,74	0,26	18,43	82,99	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	№112,2013
Всего		1 246	34,03	35,22	179,83	1172,39	
Полдник	Шаньга Сибирская	100	7,64	10,88	46,48	314,42	ТТК

	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112,2013
Всего		440	9,49	11,72	77,22	452,29	
Итого		1 686	43,52	46,93	257,04	1624,67	
2 день							
Завтрак	Омлет натуральный	150	15,92	21,55	2,73	268,57	№301,2013
	Чай с сахаром и молоком	200	1,78	1,65	12,35	71,42	№630, 1994
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109,2013
	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013
Всего		570	20,88	24,25	52,62	512,23	
Обед	Салат Школьный /свекла, огурцы, горошек, масло растительное/	100	1,64	10,03	8,25	129,79	ТТК
	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,25	5,14	16,84	122,66	ТТК
	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	270	20,27	10,15	33,27	305,53	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,69	0,25	17,93	80,75	№ 109, сб. 2013г
Всего		898	28,45	26,02	106,10	772,35	
Итого		1 468	49,33	50,27	158,72	1284,58	
Обед	Салат Школьный /свекла, лук репчатый, огурцы, горошек, масло растительное/	120	1,97	12,03	9,90	155,76	ТТК
	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,25	5,14	16,84	122,66	ТТК
	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	280	22,63	10,34	33,31	316,84	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	36	2,74	0,32	17,89	85,43	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,69	0,25	17,93	80,75	№ 109, сб. 2013г
Всего		932	31,44	28,25	109,77	819,12	
Полдник	Булочка Дорожная	100	8,44	9,77	54,26	338,77	№770,2004
	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№515,2013
	Яблоко свежее	230	0,92	0,92	22,54	102,12	№112,2013
Всего		530	14,96	17,09	86,20	558,49	
Итого		1 462	46,40	45,34	195,98	1377,61	
3 день							
Завтрак	Бутерброд с повидлом, маслом на булочке с кунжутом	90	4,61	10,94	47,21	305,75	ТТК
	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	4,17	5,96	23,25	163,31	ТТК
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
Всего		623	12,95	19,28	109,88	664,90	
Обед	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№115,2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	4,99	4,45	17,67	130,71	ТТК

	Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	150	12,28	8,46	7,19	154,06	№309/3,1994
	Рис припущенный	180	4,45	3,89	46,68	239,53	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ттк
	Хлеб пшеничный	17	1,29	0,15	8,45	40,34	108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,11	7,97	35,89	№ 109, сб. 2013г
Всего		913	26,05	23,65	114,99	777,03	
Итого		1 536	39,00	42,94	224,88	1441,93	
Обед	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№115,2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	4,99	4,45	17,67	130,71	ТТК
	Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	150	12,28	8,46	7,19	154,06	№309/3,1994
	Рис припущенный	180	4,45	3,89	46,68	239,53	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ттк
	Хлеб пшеничный	17	1,29	0,15	8,45	40,34	108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,11	7,97	35,89	№ 109, сб. 2013г
Всего		913	26,05	23,65	114,99	777,03	
Полдник	Ромовая баба	100	6,03	9,05	63,18	358,29	ТТК
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
Всего		420	7,73	9,84	92,42	489,16	
Итого		1 333	33,77	33,50	207,41	1266,19	
4 день							
Завтрак	Запеканка из творога с соусом из кураги	170	22,46	6,71	52,14	358,83	№366,2004
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109,2013
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		611	26,00	7,89	102,18	583,77	
Обед	Маринад морковный	100	1,35	10,12	9,33	133,73	№612, 2004
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	260	1,94	5,06	13,36	106,70	ТТК
	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным	120	13,97	16,84	21,34	292,86	ТТК
	Пюре картофельное	180	3,91	4,32	30,63	177,05	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№109,2013
Всего		918	24,94	36,85	115,14	891,96	
Итого		1 529	50,94	44,74	217,33	1475,73	
Обед	Маринад морковный	120	1,61	12,14	11,20	160,48	№612, 2004
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	260	1,94	5,06	13,36	106,70	ТТК
	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным	120	13,97	16,84	21,34	292,86	ТТК
	Пюре картофельное	200	4,34	4,81	34,03	196,73	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	38	1,79	0,27	18,92	85,23	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	160	1,28	0,32	12,00	56,00	№112,2013
Всего		1 138	28,15	39,83	142,36	1040,54	

Полдник	Рулетик с маком	100	7,92	7,45	49,63	297,29	Ц.Л.от
	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Яблоко свежее	260	1,04	1,04	25,48	115,44	№112,2013
Всего		560	8,96	8,49	91,59	478,65	
Итого		1 698	37,11	48,32	233,96	1519,19	
5 день							
Завтрак	Бутерброд с маслом	30	1,60	7,43	10,07	113,55	ТТК
	Каша Дружба	210	4,18	9,84	24,72	204,12	ТТК
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
Всего		587	13,05	21,59	76,45	552,26	
Обед	Салат Золотая осень /капуста, морковь, яблоко, кукуруза, масло/	100	1,30	10,15	11,75	143,46	№13, 2000
	Суп из овощей со сметаной	255	1,90	5,57	11,23	102,66	ТТК
	Филе птицы тушеное в сметанном соусе с томатом	110	15,18	7,26	4,17	142,73	ТТК
	Макаронные изделия отварные	180	7,96	3,91	50,82	270,29	ТТК
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,11	7,97	35,89	
	Яблоко свежее	190	0,76	0,76	18,62	84,36	№112,2013
Всего		1 075	30,71	28,03	136,66	921,77	
Итого		1 662	43,76	49,62	213,11	1474,03	
Обед	Салат Золотая осень /капуста, морковь, яблоко, кукуруза, масло/	100	1,30	10,15	11,75	143,46	№13, 2000
	Суп из овощей со сметаной	260	2,05	6,07	11,37	108,34	ТТК
	Филе птицы тушеное в сметанном соусе с томатом	110	15,18	7,26	4,17	142,73	ТТК
	Макаронные изделия отварные	200	8,84	4,35	56,47	300,33	ТТК
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
	Хлеб пшеничный	38	2,89	0,34	18,89	90,17	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	37	1,74	0,26	18,43	82,99	№ 109, сб. 2013г
Всего		945	33,04	28,48	141,25	953,45	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,81	6,53	43,26	283,08	№695, 1994
	Варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00	№516,2013
	Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112,2013
Всего		430	19,65	11,79	61,21	429,58	
Итого		1 375	52,68	40,28	202,45	1383,02	
6 день							
Завтрак	Сыр порционный	30	8,04	7,98	0,00	103,98	№101,2013
	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая с маслом	210	5,26	10,91	24,07	215,52	ТТК
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК

	Хлеб пшеничный	31	2,36	0,28	15,41	73,56	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Яблоко свежее	210	0,84	0,84	20,58	93,24	№112,2013
Всего		711	19,97	22,21	92,98	651,63	
Обед	Салат Бабушкин салатик /картофель, морковь, огурцы консервированные, зеленый горошек, яйцо, масло/	100	2,35	15,56	10,42	191,10	№32,2000
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,28	5,07	11,83	98,05	ТТК
	Котлета Мозаика	110	15,36	14,77	15,11	254,77	ТТК
	Капуста тушеная	200	4,81	7,07	20,95	166,63	ТТК
	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,36	0,20	14,44	65,05	№ 109, сб. 2013г
Всего		924	27,82	42,98	106,62	924,56	
Итого		1 635	47,78	65,19	199,59	1576,19	
Обед	Салат Бабушкин салатик /картофель, морковь, огурцы консервированные, зеленый горошек, яйцо, масло/	100	2,35	15,56	10,42	191,10	№32,2000
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,28	5,07	11,83	98,05	ТТК
	Котлета Мозаика	110	15,36	14,77	15,11	254,77	ТТК
	Капуста тушеная	200	4,81	7,07	20,95	166,63	ТТК
	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	31	2,36	0,28	15,41	73,56	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№ 109, сб. 2013г
Всего		919	27,47	42,94	104,13	912,83	
Полдник	Бутерброд с сыром и маслом	60	7,72	12,84	15,04	206,60	№3, 2004
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Яблоко свежее	260	1,04	1,04	25,48	115,44	№112,2013
		520	9,50	14,43	60,76	410,91	
Итого		1 439	36,96	57,37	164,89	1323,74	
2 неделя							
1 день							
Завтрак	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,20	99,14	№105,2013
	Макаронные изделия отварные с сыром	200	12,35	10,96	44,51	326,07	ТТК
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	34	1,60	0,24	16,93	76,26	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	270	1,08	1,08	26,46	119,88	№112,2013
Всего		761	18,07	23,53	115,75	747,01	
Обед	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№115,2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	4,99	4,45	17,67	130,71	ТТК
	Фрикадельки из филе курицы в соусе красном	120	18,09	7,80	19,11	218,99	ТТК
	Каша перловая рассыпчатая	200	5,62	4,29	40,21	221,87	ТТК

	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	23	1,75	0,21	11,43	54,58	№ 108, с6. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	
Всего		928	33,69	23,29	129,72	863,26	
Итого		1 689	51,76	46,82	245,47	1610,27	
Обед	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№115,2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	4,99	4,45	17,67	130,71	ТТК
	Фрикадельки из филе курицы в соусе красном	120	18,09	7,80	19,11	218,99	ТТК
	Каша перловая рассыпчатая	200	5,62	4,29	40,21	221,87	ТТК
	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,36	0,20	14,44	65,05	№ 109, с6. 2013г
Всего		929	33,94	23,31	130,21	866,42	
Полдник	Хачапури с сыром	100	14,61	15,42	40,63	359,77	№850,1997
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Яблоко свежее	220	0,88	0,88	21,56	97,68	№112,2013
Всего		520	16,23	16,86	82,43	546,32	
Итого		1 449	50,17	40,17	212,64	1412,74	
2 день							
Завтрак	Творожная запеканка с морковью и яблоком, с повидлом	150	16,46	6,08	45,35	301,98	№30, 2012 (2 часть, с112)
	Чай с сахаром и молоком	200	1,78	1,65	12,35	71,42	№630, 1994
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	№ 108, с6. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,88	0,28	19,92	89,72	№ 109, с6. 2013г
	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
Всего		550	24,12	8,62	106,51	600,04	
Обед	Салат Веснушка / капуста свежая, кукуруза консервированная, масло/	100	1,70	5,06	10,77	95,38	№6,2000
	Суп из овощей со сметаной	260	2,05	6,07	11,37	108,34	ТТК
	Печень по-строгоновски	120	11,79	10,98	7,22	174,87	№431, 2004
	Каша пшеничная рассыпчатая	200	7,88	5,03	46,06	260,97	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	36	2,74	0,32	17,89	85,43	№ 108, с6. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,36	0,20	14,44	65,05	№ 109, с6. 2013г
Всего		945	27,70	27,71	119,38	837,66	
Итого		1 495	51,82	36,32	225,89	1437,69	
Обед	Салат Веснушка / капуста свежая, кукуруза консервированная, масло/	100	1,70	5,06	10,77	95,38	№6,2000
	Суп из овощей со сметаной	255	1,90	5,57	11,23	102,66	ТТК
	Печень по-строгоновски	120	11,79	10,98	7,22	174,87	№431, 2004
	Каша пшеничная рассыпчатая	200	7,88	5,03	46,06	260,97	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, с6. 2013г

	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		1 124	27,25	27,87	130,88	883,33	
Полдник	Сдоба с маком, помадкой	110	8,25	9,83	61,36	366,87	ТТК
	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№515,2013
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
Всего		410	14,65	16,43	78,26	519,47	
Итого		1 534	41,90	44,30	209,13	1402,79	
3 день							
Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом на булочке с кунжутом	70	7,20	13,59	28,01	263,15	№ 111, 2012
	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	205	5,27	6,15	28,75	191,42	ТТК
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109,2013
	Яблоко свежее	190	0,76	0,76	18,62	84,36	№112,2013
Всего		685	14,37	20,69	95,39	625,24	
Обед	Салат Мишат /морковь, яблоко, яйцо, масло	100	1,84	10,23	6,91	127,08	ТТК
	Щи из свежей капусты с картофелем сметаной	255	1,53	5,55	8,90	91,64	ТТК
	Плов из филе птицы	280	24,68	15,10	56,68	461,30	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,26	14,41	68,82	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	Мандарины свежие	110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
Всего		999	32,81	31,63	131,42	941,59	
Итого		1 684	47,18	52,32	226,80	1566,83	
Обед	Салат Мишат /морковь, яблоко, яйцо, масло растительное/	100	1,84	10,23	6,91	127,08	ТТК
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	1,68	6,05	9,04	97,32	ТТК
	Плов из филе птицы	280	24,68	15,10	56,68	461,30	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
	Хлеб пшеничный	28	2,13	0,25	13,92	66,44	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
Всего		1 013	32,96	32,14	131,82	948,40	
Полдник	Сдоба с повидлом	100	8,41	12,30	65,37	405,84	ТТК, ЦПЛ
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		500	9,95	13,65	105,21	583,51	
Итого		1 513	42,91	45,80	237,02	1531,90	
4 день							
Завтрак	Омлет с сыром	150	19,86	22,54	2,68	292,99	№309,2013
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	37	1,74	0,26	18,43	82,99	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112,2013

Всего		561	27,36	25,37	66,48	603,70	
Обед	Салат из белокачанной капусты /капуста, морковь, масло растительное/	100	1,55	5,01	9,95	91,03	№43,2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,28	5,07	11,83	98,05	ТТК
	Котлета из минтая с маслом	105	9,84	9,92	19,86	208,07	ТТК
	Картофель отварной	200	3,92	3,82	38,28	203,18	ТТК
	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
	Хлеб пшеничный	28	2,13	0,25	13,92	66,44	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный		1,32	0,20	13,94	62,80	№109,2013
Всего		883	20,18	24,28	118,23	772,14	
Итого		1 444	47,54	49,65	184,71	1375,84	
Обед	Салат из белокачанной капусты /капуста, морковь, масло растительное/	100	1,55	5,01	9,95	91,03	№43,2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1,28	5,07	11,83	98,05	ТТК
	Котлета из минтая с маслом	110	9,88	13,55	19,92	241,11	ТТК
	Картофель отварной	200	3,92	3,82	38,28	203,18	ТТК
	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
	Хлеб пшеничный	37	2,81	0,33	18,39	87,80	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№109,2013
Всего		925	20,90	27,99	122,77	826,54	
Полдник	Кекс творожный	100	9,97	14,28	54,91	388,02	
	Варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00	№516,2013
	Мандарины свежие	160	1,28	0,32	12,00	56,00	№112,2013
Всего		460	17,05	19,60	75,11	545,02	
Итого		1 385	37,95	47,58	197,88	1371,56	
5 день							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	260	4,90	10,23	34,58	250,03	№268, 2013
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	№112,2013
Всего		765	14,03	15,52	105,44	617,57	
Обед	Винегрет овощной	100	1,22	10,07	8,34	128,89	№71, 2004
	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,09	4,64	16,63	116,65	ТТК
	Биточки мясные в соусе красном основном	140	13,68	10,00	22,31	233,99	ТТК
	Макаронные изделия отварные	180	7,96	3,91	50,82	270,29	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,23	12,92	61,70	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,11	7,97	35,89	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
Всего		1 037	28,79	29,38	141,89	947,09	
Итого		1 802	42,82	44,90	247,32	1564,65	
Обед	Винегрет овощной	100	1,22	10,07	8,34	128,89	№71, 2004

	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,25	5,14	16,84	122,66	ТТК
	Биточки мясные в соусе красном основном	140	13,68	10,00	22,31	233,99	ТТК
	Макаронные изделия отварные	180	7,96	3,91	50,82	270,29	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	22	1,67	0,20	10,93	52,21	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	Мандарины свежие	110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
Всего		1 037	28,99	29,89	143,84	960,29	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,81	6,53	43,26	283,08	№695, 1994
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		500	14,34	7,89	83,10	460,74	
Итого		1 537	43,34	37,77	226,94	1421,03	
6 день							
Завтрак	Омлет с запеченным картофелем	220	18,28	36,50	32,09	529,99	ТТК
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112,2013
Всего		610	23,21	37,29	81,74	755,43	
Обед	Салат Овощной букет/картофель, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло/	100	1,34	15,08	10,74	184,01	№35,2000
	Суп картофельный с рисом	250	1,69	5,13	15,85	116,36	ТТК
	Гуляш из филе птицы	110	14,96	6,93	4,82	141,49	ТТК
	Бобовые отварные /горох/	200	18,49	5,43	44,62	301,25	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
Всего		909	40,16	33,24	120,04	939,93	
Итого		1 519	63,36	70,53	201,79	1695,36	
Обед	Салат Овощной букет/картофель, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло/	100	1,34	15,08	10,74	184,01	№35,2000
	Суп картофельный с рисом	250	1,69	5,13	15,85	116,36	ТТК
	Гуляш из филе птицы	100	12,60	5,84	4,78	122,09	ТТК
	Бобовые отварные /горох/	200	18,49	5,43	44,62	301,25	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ТТК
	Хлеб пшеничный	38	2,89	0,34	18,89	90,17	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,36	0,20	14,44	65,05	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
Всего		1 117	39,85	33,10	148,55	1051,52	
Полдник	Бутерброд с сыром и маслом	50	5,04	10,18	15,04	171,94	ТТК

12

	Снежок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	№516,2013
	Мандарины свежие	110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
Всего		360	11,32	15,40	44,89	363,44	
Итого		1 477	51,17	48,50	193,44	1414,96	
Всего за две недели СМЕНА 1		19 230	582,35	602,23	2604,34	18166,87	
Среднее значение за период		1 602,50	48,53	50,19	217,03	1513,91	
Всего за две недели СМЕНА 2		17 816	517,88	535,86	2538,79	17049,41	
Среднее значение за период		1 484,67	43,16	44,66	211,57	1420,78	

12 лет и старше (Первая смена)

ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 60%)					
Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Белки	90,00	54,00	582,35	48,53	43,68
Жиры	92,00	55,20	602,23	50,19	46,17
Углеводы	383,00	229,80	2604,34	217,03	831,22
Калорийность	2720,00	1632,00	18166,87	1513,91	41178,24
ВитаминС	70,00	42,00	1680,34	140,03	98,02
ВитаминВ1	1,40	0,84	10,76	0,90	0,01
ВитаминВ2	1,60	0,96	31,90	2,66	0,04
ВитаминА	900,00	540,00	1049,19	87,43	786,89
ВитаминD	10,00	6,00	12,99	1,08	0,11
Са	1200,00	720,00	5503,35	458,61	5503,36
Р	1200,00	720,00	9578,29	798,19	9578,29
Mg	300,00	180,00	2819,98	235,00	704,99
Fe	18,00	10,80	182,42	15,20	2,74
К	1200,00	720,00	30748,20	2562,35	30748,20
Фтор	4,00	2,40	1142,71	95,23	3,81
Иод	100,00	60,00	45,25	3,77	3,77
Селен	50,00	30,00	275,65	22,97	11,49

12 лет и старше (Вторая смена)

ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 50%)					
Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Белки	90,00	45,00	517,88	43,16	38,84
Жиры	92,00	46,00	535,86	44,66	41,08
Углеводы	383,00	191,50	2538,79	211,57	810,30
Калорийность	2720,00	1360,00	17049,41	1420,78	38645,32
ВитаминС	70,00	35,00	2409,28	200,77	140,54
ВитаминВ1	1,40	0,70	10,33	0,86	0,01
ВитаминВ2	1,60	0,80	24,35	2,03	0,03
ВитаминаА	900,00	450,00	474,24	39,52	355,68
ВитаминD	10,00	5,00	11,53	0,96	0,10
Са	1200,00	600,00	5337,16	444,76	5337,16
Р	1200,00	600,00	8057,51	671,46	8057,51
Mg	300,00	150,00	2714,27	226,19	678,57
Fe	18,00	9,00	171,77	14,31	2,58
К	1200,00	600,00	29357,36	2446,45	29357,36
Фтор	4,00	2,00	1080,32	90,03	3,60
Иод	100,00	50,00	45,27	3,77	3,77
Селен	50,00	25,00	259,58	21,63	10,82

Ведомость контроля за рационом питания
с 01.09.2026

Режим питания: Двухразовое
Возрастная категория: 12 лет и старше

Номер смены: Первая смена

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции в граммах, г (нетто)	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека												В среднем за неделю (12 дней)	Отклонен ие от нормы в % (+/-)
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1	Хлеб ржаной	120	72,00	56,00	44,00	48,00	35,00	59,00	69,00	69,00	45,00	65,00	47,00	55,00	55,33	-53,90
2	Хлеб пшеничный	200	87,00	52,00	17,00	51,00	62,00	81,00	74,60	76,00	29,00	77,00	82,50	54,00	61,93	-69,00
3	Мука пшеничная	20	6,85	4,00	30,35	1,67	69,44	2,40	8,00	5,00	30,35	0,00	6,25	3,70	14,00	-30,00
4	Крупы, бобовые	50	120,20	5,00	103,00	27,10	22,00	25,00	84,10	82,50	100,00	6,00	36,25	95,00	58,85	17,70
5	Макаронные изделия	20	0,00	0,00	0,00	0,00	72,00	0,00	63,00	0,00	0,00	0,00	72,00	0,00	17,25	-13,80
6	Картофель	187	33,00	200,00	33,00	168,50	40,00	85,93	33,00	40,00	30,00	255,00	80,62	239,47	103,21	-44,80
7	Овощи (свежие, мороженные, консервированные) включая соленые и квашенные	320	186,29	144,43	167,50	179,70	115,95	333,75	154,17	152,74	133,96	115,50	133,84	74,80	157,72	-50,70
8	Фрукты свежие	185	415,00	220,00	100,00	222,00	315,00	210,00	277,00	163,31	341,00	156,00	400,00	130,00	245,78	32,90
9	Сухофрукты	20	0,00	0,00	20,00	4,95	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	20,00	7,08	-64,60
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в том числе инстантные	200	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	-97,50
11	Мясо 1-й категории	78	31,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	29,90	0,00	5,09	-93,50
12	Субпродукты (печень)	40	0,00	0,00	0,00	62,50	0,00	0,00	0,00	88,81	0,00	0,00	0,00	0,00	12,61	-68,50
13	Птица (цыплята-бройлеры потрашенные - 1 кат)	53	18,00	81,02	0,00	0,00	76,43	40,00	60,00	0,00	92,67	0,00	18,00	76,43	38,55	-27,30
14	Рыба (филе), в т.ч филе слабо- или малосоленное	77	0,00	0,00	93,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00	0,00	0,00	11,92	-84,50
15	Молоко	350	8,00	11,00	20,89	3,42	20,00	14,00	0,00	6,00	14,89	11,00	22,00	8,30	11,62	-96,70
16	Кисломолочная продукция	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
17	Творог (5% - 9% м.д.ж)	60	0,00	0,00	0,00	111,60	0,00	0,00	0,00	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,55	-74,10
18	Сыр	15	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	38,00	20,00	0,00	10,00	18,00	0,00	0,00	8,00	-46,70
19	Сметана	10	10,00	10,00	0,00	20,36	236,48	0,00	0,00	31,67	5,00	0,00	5,00	0,00	26,54	165,40
20	Масло сливочное	35	15,00	0,00	19,50	4,50	24,50	20,00	27,00	5,00	15,00	10,00	14,50	17,90	14,41	-58,80
21	Масло растительное	18	22,13	29,58	12,00	32,00	19,80	30,00	10,00	21,40	26,80	19,00	21,00	38,60	23,53	30,70
22	Яйцо, гр	40	0,00	115,00	3,32	8,60	0,00	13,00	8,10	3,75	12,32	111,00	3,60	103,50	31,85	-20,40
23	Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков)	35	25,53	20,00	32,91	60,93	31,00	21,00	10,75	37,50	30,41	25,00	29,38	20,00	28,70	-18,00
24	Кондитерские изделия	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
25	Чай	2	1,00	1,00	0,00	1,00	0,00	0,00	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	1,00	0,58	-70,80
26	Какао-порошок	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	0,67	-44,40

4/4

27	Кофейный напиток	2	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	2,00	0,00
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00	0,18	-38,80
29	Крахмал	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
30	Соль пищевая поваренная йодированная	5	7,52	1,30	4,23	5,96	7,13	5,00	2,71	4,16	2,93	2,70	4,55	6,50	4,56	-8,90
31	Специи	2	0,22	0,31	0,36	0,52	0,40	0,02	0,10	0,20	0,23	0,30	0,20	0,60	0,29	-85,50

Ведомость контроля за рационом питания
с 01.09.2026

Режим питания: Двухразовое
Возрастная категория: 12 лет и старше

Номер смены: Вторая смена

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции в граммах, г (нетто)	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека												В среднем за неделю (12 дней)	Отклонен ие от нормы в % (+/-)
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1	Хлеб ржаной	120	37,00	36,00	16,00	38,00	37,00	28,00	29,00	25,00	25,00	28,00	25,00	29,00	29,42	-75,50
2	Хлеб пшеничный	200	57,00	36,00	17,00	40,00	38,00	76,00	46,60	24,00	28,00	52,00	44,50	68,00	43,93	-78,00
3	Мука пшеничная	20	66,49	74,17	42,00	64,37	120,60	2,40	60,31	71,16	69,74	29,00	57,41	3,70	55,11	175,60
4	Крупы, бобовые	50	95,20	5,00	83,00	18,70	0,00	0,00	84,10	70,00	70,00	6,00	5,00	95,00	44,33	-11,30
5	Макаронные изделия	20	0,00	0,00	0,00	0,00	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	72,00	0,00	12,67	-36,70
6	Картофель	187	33,00	200,00	33,00	185,00	40,00	85,93	33,00	40,00	30,00	255,00	80,62	97,27	92,73	-50,40
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные) включая соленые и квашенные	320	186,29	163,07	167,50	195,90	115,95	333,75	154,17	133,90	133,96	115,50	133,84	74,80	159,05	-50,30
8	Фрукты свежие	185	408,00	270,00	120,00	442,00	145,00	260,00	220,00	322,00	361,00	176,00	350,00	310,00	282,00	52,40
9	Сухофрукты	20	0,00	0,00	25,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	20,00	7,08	-64,60
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в том числе инстантные	200	220,00	0,00	200,00	20,00	0,00	220,00	220,00	0,00	200,00	0,00	200,00	0,00	106,67	-46,70
11	Мясо 1-й категории	78	31,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	29,90	0,00	5,09	-93,50
12	Субпродукты (печень)	40	0,00	0,00	0,00	62,50	0,00	0,00	0,00	88,81	0,00	0,00	0,00	0,00	12,61	-68,50
13	Птица (цыплята-бройлеры потрашенные - 1 кат)	53	18,00	92,59	0,00	0,00	76,43	40,00	60,00	0,00	92,67	0,00	18,00	63,69	38,45	-27,50
14	Рыба (филе), в т.ч филе слабо- или малосоленное	77	0,00	0,00	93,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00	0,00	0,00	11,92	-84,50
15	Молоко	350	1,49	212,46	0,00	5,46	1,29	0,00	1,39	212,43	1,74	0,00	1,29	0,00	36,46	-89,60
16	Кисломолочная продукция	180	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	-0,00	200,00	50,00	-72,20
17	Творог (5% - 9% м.д.ж)	60	0,00	0,00	0,00	0,00	32,25	0,00	0,00	0,00	0,00	26,00	32,25	0,00	7,54	-87,40
18	Сыр	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	28,00	29,32	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	5,61	-62,60
19	Сметана	10	25,00	10,00	0,00	15,56	241,48	0,00	0,00	21,67	10,00	0,00	10,00	0,00	27,81	178,10
20	Масло сливочное	35	9,00	0,00	14,50	5,00	5,00	20,00	6,67	5,00	0,00	30,50	4,50	15,00	9,60	-72,60
21	Масло растительное	18	27,34	32,85	12,25	34,97	24,44	30,00	14,90	25,36	37,62	15,67	25,64	24,80	25,49	41,60
22	Яйцо, гр	40	5,96	7,22	8,00	14,42	10,26	13,00	16,98	9,09	15,95	19,00	13,86	0,00	11,15	-72,10

23	Сахар (в том числе для приготовления)	35	17,47	19,62	25,10	25,83	24,98	5,00	8,17	24,45	21,27	48,00	21,86	10,00	20,98	-40,10
24	Кондитерские изделия	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
25	Чай	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
26	Какао-порошок	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
27	Кофейный напиток	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	1,99	2,41	2,00	2,21	1,72	0,00	1,85	2,36	2,32	0,00	1,72	0,00	1,55	416,10
29	Крахмал	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-100,00
30	Соль пищевая поваренная йодированная	5	7,11	1,62	3,40	3,84	7,85	4,80	3,27	4,74	2,30	2,70	3,81	4,00	4,12	-17,60
31	Специи	2	0,22	0,31	0,53	0,58	0,40	0,02	0,10	0,20	0,20	0,31	0,30	0,60	0,32	-84,20

Рекомендации по корректировке меню: _____

Подпись медицинского работника и дата: _____

Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознакомления: _____

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника: _____