

Действует с 01.10.2025 г

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Печенье	24	1,38	6,33	12,42	89,63	пром
Неделя 1	Тефтели "Домашние" (телятина, свинина, рис, соль йодированная) / соус томатный	100	11,22	7,7	6	125,2	ТТК № 282/ ТК № 32 (587/2004)
День 1	Макаронные изделия отварные, с сыром (макаронные изделия, сыр мдж 45%, масло сливочное), огурец консервированный (на лимонном соке)	200	7,5	8,73	46,58	302,24	ТТК № 202/ТК № 127 (5/1/2015)
	Чай зеленый с лимоном	205	0,3	0	15,2	60	ТК № 2(686/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за завтрак:	559	22,77	23	95,8	680,57	
ОБЕД	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	250	5,8	6,8	9,75	127,4	ТК № 69 (139/2004)
День 1	Азу (картофель, свинина, лук репчатый, масло растит, томатная паста, огурец консервир, чеснок)	220	18,8	24,65	44,35	424,8	ТК № 399 (596/2013)
	Напиток "Витошка" (4)	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 24
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8	138	пром
	Итого за обед:	930	31,64	32,47	134,82	954,1	
Итого за день		1489	54,41	55,47	230,62	1634,67	

- Соотношение Б:Ж:У 1:1:4
- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
 - 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
 - 3 Для приготовления блюд используется йодированная соль.
 - 4 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С; В1; В2; В6; В12; РР; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; К1.

Действует с 01.10.2025 г

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Запеканка творожная "Зебра" (творог 9%, яйцо, молоко, какао "Витюшка") (4), сгущенное молоко	200	20,03	23,52	44,4	434,6	ТТК № 258/ТТК 51
День 2	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8	138	пром
	Итого за завтрак:	620	23,39	23,84	96,54	696,1	
ОБЕД	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	100	0,33	2,17	6,3	41,7	ТК № 271 (46/3/2015)
	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж 15%)	255	2,92	6,7	20,2	158,57	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81
Неделя 1	Суфле из горбуши с овощами и рисом (филе горбуши, цветная капуста, рис, яйца, молоко, сыр, яйцо)/соус молочный	100	15,8	15,27	13,54	144,6	ТТК № 178 / ТК № 37 (1/11/2015)
День 2	Пюре картофельное (картофель, молоко мдж 2,5%, масло сливочное 72,5%)	180	6,6	9,1	36,72	310,8	ТК № 187 (520/2004)/ТК № 271 (46/3/2015)
	Напиток из ягодной смеси	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	905	31,9	34,18	134,64	952,57	

Итого за день

1525

55,29

58,02

231,18

1648,67

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.
- 4 В рецептуре блюда витаминизированное какао, обогащенное витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1

Действует с 01.10.2025 г

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 1	Зразы из цыпленка-бройлера с луком и яйцом /соус томатный	110	7,7	6,4	7,13	120,4	ТТК № 612/ТК № 32 (587/2004)
День 3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	180	4,6	9,92	49,44	314,72	ТК № 249 (44/3/2015)
	Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко, сахар) (4)	210	3,9	3,1	15,2	105	ТТК № 10
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8	138	пром
	Итого за завтрак:	555	23,26	23,79	92,57	723,12	
ОБЕД	Овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	100	0,33	2,17	6,3	41,7	ТТК № 233
Неделя 1	Суп-пюре из картофеля и кабачков, гречки	270	5	10,43	21,35	164,5	ТТК № 95/ТК № 77(551/2004)
День 3	Фрикасе из курицы (филе куриной грудки, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное)	100	13,2	12,6	19,6	140,3	ТТК № 318
	Рис отварной рассыпчатый	180	7,9	8,64	52,44	350,4	ТК № 214 (511/2004)
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный(1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	920	32,58	34,78	147,98	952,8	
Итого за день		1475	55,84	58,57	240,55	1675,92	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3 Для приготовления блюд используется йодированная соль.
- 4 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.10.2025 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Паста шоколадная для бутербродов (масло сливочное, молоко сгущенное, какао витаминизированное)(5)	20	0,48	7,72	3	75,5	№ 157 (1/3/2015)
Неделя 1	Каша молочная "Пять злаков" (молоко 2,5%, хлопья "5 злаков", масло сливочное, сахар, соль йодированная) / масло сливочное	270	11,9	11,5	44,2	273,58	ТТК № 177/ТТК № 49
День 4	Коктейль молочный (4)	200	5,4	4,2	18	131,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	60	4,74	0,48	31,21	207	пром
	Итого за завтрак:	550	22,52	23,9	96,41	687,48	
ОБЕД	Цветная капуста припущенная	100	2,33	3	6	30,5	ТТК № 279
Неделя 1	Куриный суп с рисом и картофелем (картофель, филе куриное, рис, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	250	7,63	8,3	20,76	164,4	ТК № 68 (138/2004)
День 4	Шницель (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный)/ соус сметанный с томатом	100	9,6	11,8	6,3	152	ТК № 393 (608/2013) /ТК № 40 (601/2004 г)
	Булгур	180	5,64	8,5	40,32	344,16	ТТК № 274
	Кисель (6)	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	900	31,55	32,44	134,46	952,96	

Итого за день

1450

54,07

56,34

230,87

1640,44

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3 Для приготовления блюд используется йодированная соль.
- 4 Напиток промышленного производства, обогащенный кальцием.
- 5 В рецептуре блюда витаминизированное какао, обогащенное витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1
- 6 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; В1; В2; В5; С

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.10.2025 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Котлета из рыбы "Нежная" (минтай филе, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное)Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь овощная)	270	12,8	17,8	41,23	339,33	ТТК № 273/ТК № 187(520/2004)/ТТК № 233
Неделя 1	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	210	4,1	3,3	18,6	108,7	ТТК № 16
День 5	Вафли	12	0,86	1,91	4,8	28,5	пром
	Хлеб пшеничный (1)	60	4,74	0,48	31,21	207	пром
	Итого за завтрак:	552	22,5	23,49	95,84	683,53	
ОБЕД	Салат из свежей капусты (капуста белокочанная, масло растительное)	100	0,8	8,9	2,6	96	ТТК № 109
Неделя 1	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	255	6,9	7,1	16,3	150,9	ТК № 63(132/2004)/ТТК № 81
День 5	Гуляш (свинина, томатн паста, лук репч, масло сливочн)	100	13,03	10,3	7,1	153,3	ТК № 429 (437/2004)
	Отварные макаронные изделия	180	4,7	8,16	51,84	263	ТК № 188 (516/2004)
	Напиток из ягодной смеси	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	905	31,68	35,4	135,72	960,1	

Итого за день 1457 54,18 58,89 231,56 1643,63
Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
- Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2
- Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3
- Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.10.2025 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 2	Тефтели "Домашние"(телятина, свинина, рис, соль йодированная) / соус томатный	100	11,22	7,7	6	125,2	ТТК № 282/ ТК № 32 (587/2004)
День 6	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	180	4,6	9,92	49,44	314,72	ТК № 249 (44/3/2015)
	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон)	215	0,3	0	15,2	60	ТК № 2(686/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	25,8	138	пром
	Итого за завтрак:	550	23,18	21,99	96,44	682,92	
ОБЕД	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	60	0,13	0	0,33	2	ТК № 127 (5/1/2015)
Неделя 2	Уха (горбуша консервированная,картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное)	275	7,25	6,8	9,75	154,87	ТТК № 78
День 6	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное масло)	230	18,17	21,72	60,15	479,32	ТК № 428 (590/2013)
	Конфета	12	0,3	2,8	5,6	19,3	пром
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной (2)	45	4,14	0,7	19,44	102,83	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	852	32,36	32,26	134,87	952,82	

Итого за день 1402 55,54 54,25 231,31 1635,74

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
- Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2
- Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3
- Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.10.2025 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОБЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 2	Запеканка творожная с клубникой (творог 9%, клубника, яйцо, сметана, сахар) , сгущенное молоко	200	19,64	23,4	44,53	423,68	ТТК № 248/ТТК 51
День 7	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8	138	пром
	Итого за завтрак:	620	23	23,72	96,67	685,18	
ОБЕД	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	100	0,33	2,17	6,3	41,7	ТК № 271 (46/3/2015)
Неделя 2	Куриный суп с макаронами (макаронные изделия, картофель, филе куриное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	250	7,8	9,34	21,75	174,9	ТК № 70 (147/2004)
День 7	Биточки рыбные "Новые" (филе минтая, яйца куриные, лук репчатый, сметана, сыр, масло сливочное) /соус молочный с морковью и шпинатом	100	10,7	11,17	21,8	169,2	ТТК № 173/ТТК № 33
	Пюре картофельное (картофель, молоко мдж 2,5%, масло сливочное 72,5%)	180	6,6	9,1	36,72	310,8	ТК № 187 (520/2004)
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	900	31,58	32,72	134,86	952,5	
Итого за день		1520	54,58	56,44	231,53	1637,68	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
- Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2
- Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3
- Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.10.2025 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 2	Гематоген (сгущенное молоко, альбумин) (5)	25	1,5	0,9	18,9	87,5	пром
День 8	Каша молочная "Дружба" с карамелизованным яблоком (рис, пшено, яблоко свежее, сахар, масло сливочное, молоко 2,5%) / масло сливочное	270	10,33	15	41	299,18	ТТК № 206
	Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко, сахар) (4)	200	3,9	3,1	15,2	105	ТТК № 10
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8	138	пром
	Итого за завтрак:	550	22,79	23,37	95,9	674,68	
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом и чесноком	100	1,4	6,9	8,1	102,6	ТК № 120 (28/1/2015)
Неделя 2	Суп из овощей (картофель, капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, томаты, горошек зеленый), сметана (м.ж 15%)	255	5,5	7	7,7	139	ТК № 66(135/2004)/ТТК № 81
День 8	Крокеты из куриного филе и цветной капусты (куриное филе, цветная капуста, рис, яйца, масло растительное) / соус молочный	100	12,9	9,8	20,3	160,4	ТТК № 310 / ТК № 37 (1/11/2015)
	Макаронные изделия отварные, с сыром (макаронные изделия, сыр м.ж 45%, масло сливочное)	180	6,14	7,7	42,48	266,36	ТТК № 202
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	905	31,99	32,24	135,46	954,26	

Итого за день

1455

54,78

55,61

231,36

1628,94

Соотношение Б:Ж:У 1,1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3 Для приготовления блюд используется йодированная соль.
- 4 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1
- 5 Продукт промышленного производства, обогащенный Fe

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.10.2025 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,28	63	ТК № 262 (1/6/2015)
Неделя 2	Жаркое по-домашнему (картофель, филе куриное, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	230	8,23	12,8	41,6	277,2	ТК № 428 (590/2013)
День 9	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	210	4,1	3,3	18,6	108,7	ТТК № 16
	Вафли	12	0,86	1,91	4,8	28,5	пром
	Хлеб пшеничный (1)	60	4,74	0,48	31,21	207	пром
	Итого за завтрак:	552	23,03	23,09	96,49	684,4	
	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
ОБЕД	Борщ Сибирский (свекла, картофель, капуста белокочанная, фасоль консервированная, лук репчатый, морковь, маслосливочное, томатная паста), сметана	255	5,2	5,62	5,6	120,3	ТК № 54(111/2004)/ТТК № 81
Неделя 2	Тефтели (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный, соль йодированная) соус соус сметанный с томатом	100	12,6	14,9	4,1	146,2	ТК № 308 (618/2013)/ТК № 40 (601/2004 г)
День 9	Каша рассыпчатая гречневая /овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	180	7,44	11,04	46,24	355,84	ТК № 189(297/2004)/ТТК № 233
	Кисель (4)	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	985	31,59	32,4	134,66	954,74	
Итого за день		1537	54,62	55,49	231,15	1639,14	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
- Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2
- Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3
- Для приготовления блюд используется йодированная соль.
- 4
- Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; В1; В2; В5; С

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.10.2025 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОБЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Котлеты рыбные (филе горбуши, хлеб пшеничный, масло растительное) /соус молочный с морковью и шпинатом	120	12,84	13,8	5,04	138,76	ТК 403 (388/2004)/ТТК № 33
Неделя 2	Рис припущенный с овощами (рис, морковь, лук репчатый, масло растит, масло сливочное)/кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	180	5,4	9,4	40,32	271,28	ТК № 191 (36/2003)/ТК № 271 (46/3/2015)
День 10	Напиток "Витошка" (4)	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 24
	Хлеб пшеничный (1)	50	3,95	0,4	26	172,5	пром
	Итого за завтрак:	550	22,39	23,7	96,36	684,54	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	100	0,33	2,17	20,3	41,7	ТТК № 259
	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	270	6,3	6,7	21,8	187,3	ТК № 76(168/2004)/ТК № 77(551/2004)
Неделя 2	Голубцы ленивые/соус сметанный с томатом	100	12,4	14	12,2	164,8	ТТК № 285/ТК № 40 (601/2004)
День 10	Пюре картофельное (картофель, молоко мдж 2,5%, масло сливочное 72,5%)	180	6,6	9,1	33,72	310,8	ТК № 187 (520/2004)
	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром
	Итого за обед:	920	31,88	32,81	134,6	952,5	

Итого за день 1470 54,27 56,51 230,96 1637,04

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
- Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2
- Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3
- Для приготовления блюд используется йодированная соль.
- 4
- Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С; В1; В2; В6; В12; РР; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; К1.