

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	20	0,67	0	0,33		2	ТК № 127 (5/1/2015)
Неделя 1	Тертая "Домашние" (телятина, свинина, рис, соль йодированная) / соус томатный	90	10,7	9,9	5,4		112,7	ТТК № 282/ ТК № 32 (587/2004)
День 1	Макаронные изделия отварные, с сыром (макаронные изделия, сыр мжж 45%, масло сливочное)	150	5,12	9,7	35,4		243,97	ТТК № 202
	Соус фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24		91	пром
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8		138	пром
	Итого за завтрак:	500	19,65	19,92	85,93		587,67	
	Яблоко	100	0	0	9,8		39,2	ТТК № 161
Неделя 1	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	200	4,6	8,5	9,8		93,9	ТК № 69 (139/2004)
День 1	Гуляши (свинина, томаты нарез, лук репч, масло сливочн)	90	11,2	9,3	4,4		118	ТК № 429 (437/2004)
	Каша рассыпчатая гречневая	150	6,2	9,2	40,2		297,5	ТК № 189(297/2004)
	Напиток "Виташка" (4)	200	0,2	0,1	25		102	ТТК № 24
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13		68,55	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6		103,5	пром
	Итого за обед:	800	27,33	27,79	117,8		822,65	
	Итого за День	1300	46,98	47,71	203,73		1410,32	

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. Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С, В1; В2; В6; В12; РР; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой, К1.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Яблоко	100	0	0	9,8	39,2	ТТК № 161	
Неделя 1	Запеканка творожная "Зебра" (творог 9%, яйцо, молоко, какао "Виташока") (4), стуженное молоко	150	11,4	16,2	29,5	268,13	ТТК № 258/ТТК 51	
День 2	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	200	4,1	3,3	18,6	108,7	ТТК № 16	
	Хлеб пшеничный (1)	50	3,95	0,4	26	172,5	пром	
	Итого за завтрак:	500	19,45	19,9	83,9	588,53		
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдл 15%)	205	6,3	6,9	16,25	141,5	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81	
Неделя 1	Котлета из филе белой рыбы (треска, минтай)/соус молочный с морковью и шинатом	90	10,2	11,5	10,39	134,2	ТТК № 178 / ТТК № 33	
День 2	Пюре картофельное (картофель, молоко мдл 2,5%, масло сливочное 72,5%/овощи припущенные (перец сладкий, морковь, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	150	5,5	8,6	47,6	315,3	ТК № 187 (520/2004)/ТТК № 233	
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5	
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13	68,55	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	Итого за обед:	705	27,23	27,79	118,25	824,05		
Итого за день		1205	46,68	47,69	202,15	1412,58		

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

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Прим. 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 1	Тфтели из курицы (филе куриной грудки, репчатый лук, масло растительное, хлеб пшеничный) /соус сметанный с томатом	90	8,3	8,21	9,7		104,2	ТТК № 167/ТК № 40 (601/2004)
День 3	Рис отварной расквашенный /кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	150	3,6	7,2	38,7		258,5	ТК № 214 (511/2004) /ТК № 271 (46/3/2015)
	Конфеты (4)	7,5	1	0	5		24	пром
	Чай черный байховый с сахаром	210	0,2	0	13,7		53	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6		103,5	пром
	Итого за завтрак:	502,5	19,37	19,7	82,7		588,2	
ОБЕД	Суп-пюре из цветной капусты, гречки	220	5,1	5,43	19,5		169,04	ТК № 76(168/2004)/ТК № 77(551/2004)
Неделя 1	Курица по-некиски (филе куриной грудки, ананас консервированный, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	90	11,6	11,3	17,6		131,5	ТТК № 179
День 3	Булгур / тыква, припущенная в сливочном масле (тыква, масло сливочное, шинит)	150	6,1	10,5	34,8		294,8	ТТК № 274 /ТТК № 46
	Кисель витаминизированный (5)	200	0	0	23		90	ТТК № 15
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13		68,55	пром
	Хлеб пшеничный(1)	20	1,58	0,16	10,4		69	пром
	Итого за обед:	710	27,14	27,84	118,3		822,89	
	Итого за день:	1212,5	46,51	47,54	201		1411,09	

Соотношение Б.Ж.У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP, фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP, фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.
- 4 Молоочные конфеты "Ешь, как пчелы", 3 шт (7,5 г) = 100 г молока
- 5 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами A; B1; B2; B5; C

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (порезанный)	10	2,6	2,7	0		30	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 1	Яйно отварное	40	5,1	4,6	0,28		63	ТК № 262 (1/6/2015)
День 4	Каши молочная "Дружба" (рис, пшено, я сахар, масло сливочное, молоко, 2,5%) / масло сливочное	200	4	8,1	41,1		245,1	ТК № 206 (35/2006) / ТК № 49
	Какао витаминизированное (какао "Витолка", молоко 2,5%, сахар) (5)	200	3,9	3,1	15,2		105	ТК № 10
	Тематоген (сушенное молоко, альбумин) (4)	25	1,5	0,9	18,9		87,5	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,16	10,4		69	пром
	Итого за завтрак:	505	19,47	19,56	85,88		599,6	
	Салат из свежих с чесноком и сыром	60	0,84	5,34	4,86		72,6	ТК № 104 (50/2004)
	Куриный суп с рисом и картофелем (картофель, филе куриное, рис, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	200	6,9	5,47	13,4		121,3	ТК № 68 (138/2004)
ОБЕД	Шницель (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный) / соус томатный	90	9,6	8,4	5,7		126,1	ТК № 393 (608/2013) / ТК № 32 (587/2004)
Неделя 1	Отварные макаронные изделия /овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	150	4,9	7,2	42,7		251,5	ТК № 188 (516/2004) / ТК № 233
День 4	Напиток из ягодной смеси	200	0,2	0,1	25		102	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13		68,55	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,16	10,4		69	пром
	Итого за обед:	760	27,57	27,12	115,06		811,05	
	Итого за день	1265	47,04	46,68	200,94		1410,65	

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. Продукт промышленного производства, обогащенный Fe.
5. Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А, Е, Д3; С, В1, В2, В6, В12; К1

Менюготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай филе, цветная капуста, яйцо куриное, масло растительное) Любое карбофос-льное	220	14,7	13,1	36,3		300,54	ТТК № 61/ТТК № 187(520/2004)/ТТК № 49
Неделя 1	Чай с ягодами (чай черный байховый, свежесмороженники ягода, сахар)	210	0,3	0,1	14,3		59,6	ТТК № 2
День 5	Печенье	30	1,38	6,33	12,42		89,63	пром
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8		138	пром
	Итого за завтрак:	500	19,54	19,85	83,82		587,77	
	Салат из отварной моркови с яблоком и растительным маслом	60	0,6	3	3,1		48	ТТК № 142
ОБЕД	Рассольник Ленинградский, сметана (мжл 15%)	205	4,4	6,7	7,1		121,3	ТТК № 63(132/2004)/ТТК № 81
Неделя 1	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное масло)	180	17,2	17,3	42,3		343,8	ТТК № 428 (590/2013)
День 5	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24		91	пром
	Зефир	25	0,25	0	20		81,5	пром
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13		68,55	пром
	Хлеб пшеничный (1)	20	1,58	0,16	10,4		69	пром
	Итого за обед:	726	26,79	27,61	119,9		823,15	
	Итого за день	1220	46,33	47,46	203,72		1410,92	

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.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Котлета "Домашний" (телятина, свинина, соль)	100	11,8	9,3	3,4		108,7	ТТК № 282/ ТК № 32 (587/2004)
	Иодированная) / соус томатный							
Неделя 2	Каша гречневая рассычатая с овощами (греча, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	150	4,1	7,6	31,9		265,6	ТК № 249 (44/3/2015)
День 6	Чай зеленый с лимоном	215	0,3	0	15,2		60	ТК № 2(686/2004)
	Пряник с фруктовой начинкой	25	0,9	3	17,5		50	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6		103,5	пром
	Итого за завтрак:	520	19,47	20,14	83,6		587,8	
ОБЕД	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	20	0,67	0	0,33		2	ТК № 127 (5/1/2015)
	Суп картофельный с горбушей (горбуша филе, картофель, яйца куриные, морковь, лук репчатый, масло растительное)	200	5,8	8,44	13,8		153,9	ТТК № 78
Неделя 2	Мясо тушеное (говядина, томаты паста, морковь, лук репч, масло растительное)	90	10,73	11,8	7,4		145,9	ТТК № 602
День 6	Отварные макароны из твердых сортов пшеницы	150	3,9	6,8	40,2		235,8	ТК № 188 (516/2004)
	Кисель витаминизированный (4)	200	0	0	23		90	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:	730	27,15	27,88	117,61		822,5	
Итого за день		1250	46,62	48,02	201,21		1410,3	

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.
4. Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А, В1, В2, В5, С

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Яйlocks	100	0	0	9,8		39,2	ТТК № 161
	Запеканка творожная с клубникой (творог 9%, клубника, яйцо, сметана, сахар), стуженное молоко	150	11,3	16,2	30,1		267,4	ТТК № 248/ТТК 51
Неделя 2	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	200	4,1	3,3	18,6		108,7	ТТК № 16
День 7	Хлеб пшеничный (1)	50	3,95	0,4	26		172,5	пром
	Итого за завтрак:	500	19,35	19,9	84,5		587,8	
	Салат из свежих "Бурячок" (свежая, огурцы консервированные, масло растительное)	60	0,6	8	3		37,6	ТК № 108 (16/2004)
ОБЕД	Куринный суп с макаронами (макаронные изделия, картофель, фрикадельки, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	200	7,3	5,3	14,4		103,3	ТК № 70 (147/2004)
Неделя 2	Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	180	12,9	7,7	37,5		307,6	ТК № 428 (590/2013)
День 7	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41		61	ТТК № 5
	Батончик злаковый (кислота или кокос, овсяные хлопья, цельные злаки, воздушный рис) (4)	30	1,8	6,3	18,9		141	пром
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13		68,55	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6		103,5	пром
	Итого за обед:	730	27,83	28,09	117,81		822,55	
	Итого за день	1230	47,18	47,99	202,31		1410,35	

Соотношение БЖУ 1:1:4

1. Хлеб пшеничный - 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. Батончик-мюсли содержит в своем составе витамины В1, В2, В6, С, железо, пищевые волокна

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (горюшки)	15	3,9	4,05	0		45	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 2	Каша молочная "Пять лядков" (молоко 2,5%, хлопья "5 лядков", масло сливочное, сахар, соль йодированная) / масло сливочное	240	6,6	9,8	37,8		228,3	ТК № 263 / ТК № 49
День 8	Коктейль молочный (4)	200	5,8	5,6	18,2		146,4	ПРОМ
	Мармелад витаминизированный (5)	12	0,03	0	7,4		30	ПРОМ
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8		138	ПРОМ
	Итого за завтрак:	507	19,49	19,77	84,2		587,7	
ОБЕД	Йогурт	100	0	0	9,8		39,2	ТК № 161
	Борщ Сибирский (свекла, картофель, капуста белокочанная, фасоль консервированная, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста), сметана	205	4,2	6,52	7,5		116,7	ТК № 54(111/2004)/ТК № 81
Неделя 2	Тфтели рыбные (филе горбуши, морковь, лук репчатый, яйца, лук, хлеб пшеничный) / соус сметанный с томатом	90	10,6	12,6	10,3		140,7	ТК № 414 (414/2004) / ТК № 40 (601/2004)
День 8	Рис отварной рассыпчатый / овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	150	6,6	7,8	36,7		251,8	ТК № 214 (511/2004) / ТК № 233
	Напиток из яблочной смеси	200	0,2	0,1	25		102	ТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13		68,55	ПРОМ
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6		103,5	ПРОМ
	Итого за обед:	805	26,73	27,71	117,9		822,45	
	Итого за день	1312	46,22	47,48	202,1		1410,15	

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. Продукт промышленного производства, обогащенный кальцием.
5. Мармелад "Голубика-смородина-апельсин" - обогащен витаминами D3, Е, "Вишня-апельсин" - витаминами В7, В5, В3, В6

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Виточки куриные "Новые" (филе куриной грудки, яйца куриные, лук репчатый, сметана, сыр, масло сливочное)/соус сметанный с овощами (сметана 15%, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	100	10,2	11,3	11,3	139,6	ТТК № 173/ТТК № 41
Неделя 2	Макаронные изделия отварные, с сыром (макаронные изделия, сыр жем 45%, масло сливочное)/кукуруза консервированная	150	5,1	8,2	37,4	258,3	ТТК № 202/ТТК № 259
	Чай черный байховый с сахаром	210	0,2	0	13,7	53	ТТК № 1 (685/2004)
	Конфеты (4)	5	1	0	3	16	пром
	Хлеб пшеничный (1)	35	2,77	0,28	18,2	120,75	пром
	Итого за завтрак:	500	19,27	19,78	83,6	587,65	ТТК № 95/ТТК № 77(551/2004)
	Суп-пюре из картофеля и кабачков, гречки	220	4,06	7,5	13,4	119,14	ТТК № 603
Неделя 2	Курица тушеная с овощами (филе куриной грудки, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло сливочное)	90	11,6	7,3	12,6	121,5	ТТК № 603
День 9	Каша рассыпчатая гречневая/овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	150	5,6	6,2	32,2	263,6	ТТК № 189(297/2004)/ТТК № 233
	Печенье	30	1,38	6,33	12,42	89,63	пром
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13	68,55	пром
	Хлеб пшеничный (1)	20	1,58	0,16	10,4	69	пром
	Итого за обед:	740	26,98	27,94	113,02	822,42	
	Итого за день	1240	46,25	47,72	201,62	1410,07	

Соотношение Б.Ж.У 1.1.4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1, B2, B6; PP; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1, B2, B6; PP; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.
- 4 Молочные конфеты "Ешь, как пьешь" - 2 шт (5 г) = 70 г молока

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Действует с 02.09.2026 г

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Омлет с рыбой запеченный (айда куриные, филе минтая, молоко 2,5%, масло сливочное) /кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	190	14,7	18,9	4,2	197,3	ТТК № 199/ТТК № 271 (46/3/2015)	
Неделя 2	Чай с лимонном (чай черный байховый, сахар, лимон)	215	0,3	0	15,2	60	ТТК № 2(686/2004)	
День 10	Зефир	50	0,5	0	40	163	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	50	3,95	0,4	26	172,5	пром	
	Итого за завтрак:	505	19,45	19,3	85,4	592,8		
ОБЕД	Суп из овощей (капуста брокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное) / сметана (мдк 15%)	205	5,1	5,43	8,5	119,5	ТТК № 66 (135/2004)/ТТК 81	
Неделя 2	Зразы из свиных с луком и вином/ соус сметанный с томатом	90	11,2	13,9	11,9	143,2	ТТК № 612/ТТК № 40 (601/2004)	
День 10	Картофель тушеный (картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%/тыква по-т-речески (тыква, чеснок, шпинат, масло сливочное)	150	5,3	7,6	43,6	281	ТТК № 428 (590/2013)/ТТК № 245	
	Напиток "Витоник" (4)	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 24	
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13	68,55	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	Итого за обед:	705	27,13	27,72	117,6	817,85		
Итого за день		1210	46,58	47,02	203	1410,65		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

1. Хлеб пшеничный - 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 блюда используется йодированная соль.
4. Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С, В1, В2, В6, В12, РР, А, Е, D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой, К1.