МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»

МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:
Директор Школы № 15

_____ Н.Туманова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

_____ А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 09.11.2026

завтрак от 12 лет и старше за родительскую плату

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше лет

Завтрак от 12 лет и старше - родительская плата

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| **Понедельник** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Котлета куриная рубленая с соусом красным основным | 50/50 | 8,35 | 9,3 | 9,2 | 150 | ТТК№52 528/1994 |
| | Макаронные изделия отварные | 200 | 7,5 | 8,5 | 35 | 294,2 | 469/1994 |
| | АКЧай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **558** | **20,35** | **18,4** | **89** | **635,2** | |
| **Вторник** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Котлеты домашние, соус красный основной | 90/30 | 12 | 12,1 | 14,88 | 238,4 | 271/2005 528/1994 |
| | Каша гречневая вязкая | 200 | 6 | 6,8 | 29,7 | 177,7 | 464/1994 |
| | АКЧай с шиповником | 200 | 0,4 | 0 | 18,8 | 81 | ТТК№46 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **553** | **20,8** | **19,3** | **80,28** | **569,1** | |
| **Среда** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Бутерброд с повидлом | 20/5/25 | 4,5 | 3,9 | 14 | 134 | 2/2004 |
| | Каша "Дружба" молочная | 250 | 8,5 | 13 | 51,25 | 384,3 | ТТК№345 |
| | АКЧай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Напиток "Немолоко" | 1/200 | 4 | 1,4 | 9 | 120 | ТН |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **725** | **19,1** | **18,5** | **102,15** | **757,3** | |
| **Четверг** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Яйца вареные | 1/40 | 3,5 | 3 | 0,3 | 63 | 324/1997 |
| | Гарнировка: Огурец свежий | 1/100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11 | ТТК№107 |
| | Макароны, запеченные с сыром | 240 | 13 | 15 | 58,6 | 378,6 | ТТ№226 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 20,8 | 84 | ТТК№61 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **613** | **19,8** | **18,5** | **98,5** | **608,6** | |
| **Пятница** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Биточки рубленые из птицы, соус красный основной | 75/30 | 9 | 8,6 | 13,5 | 158,4 | 500/2004 528/1994 |
| | Рис отварной | 180 | 4,5 | 9,2 | 48,6 | 275,4 | 465/1994 |
| | АКЧай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **551** | **18,5** | **18,6** | **110,9** | **635,8** | |

Вторая неделя

Завтрак от 12 лет и старше - родительская плата

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| **Понедельник** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Гуляш из филе цыпленка | 50/50 | 9 | 10 | 8,2 | 153 | ТТК№20 |
| | Макаронные изделия отварные | 230 | 8,05 | 9,5 | 47,5 | 332,9 | 469/1994 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **555** | **19,15** | **19,7** | **83,6** | **604,9** | |
| **Вторник** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Крокеты рыбные | 100 | 13,4 | 11,6 | 15 | 213 | ТТК№60 |
| | Рис отварной | 210 | 5,25 | 10,6 | 59,3 | 327,3 | 465/1994 |
| | АКЧай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **550** | **21,35** | **22,6** | **106,4** | **672,3** | |
| **Среда** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Бутерброд с маслом | 10/25 | 4 | 12,6 | 9,52 | 161 | 1/1997 |
| | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная | 200 | 10,8 | 7,2 | 40,3 | 259,3 | Т4/2004 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| | Фрукт: яблоко свежее | 1/150 | 0,6 | 0 | 12 | 70 | ТН |
| **Итого:** | | **618** | **18** | **20,2** | **93,72** | **620,3** | |
| **Четверг** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Котлеты домашние, соус красный основной | 70/40 | 11,3 | 10,4 | 14,1 | 207,4 | 271/2005 528/1994 |
| | Картофельное пюре | 210 | 4,41 | 9,5 | 40 | 261 | 472/1994 |
| | АКЧай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **553** | **18,31** | **20,3** | **86** | **598,4** | |
| **Пятница** | | | | | | | |
| **Завтрак** | Птица запеченная (бедро) | 100 | 9,2 | 12,6 | 0,2 | 209,3 | ТТК№32.1 |
| | Каша гречневая вязкая | 200 | 6 | 6,8 | 29,7 | 177,7 | 464/1994 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 20,8 | 84 | ТТК№61 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **558** | **19,7** | **20** | **80,5** | **604** | |

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»

МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:
Директор Школы №15
_____ Н.Н.Пушкова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»
_____ А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 09.11.2026

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Обед от 12 и старше за родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| **Понедельник** | | | | | | | |
| Обед | Рассольник Ленинградский | 250 | 6 | 5,25 | 18,6 | 142,5 | 132/2004 |
| | Птица запеченная (голень), соус красный основной | 90/30 | 15,2 | 10,71 | 1 | 196,56 | ТТК№4,1 528/1994 |
| | Рис отварной, масло сливочное | 180/3 | 4,5 | 10,8 | 48,6 | 300,7 | 465/1994 14/2005 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **836** | **32,1** | **27,56** | **125,9** | **891,76** | |
| **Вторник** | | | | | | | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной | 250/10 | 7,3 | 5,8 | 12 | 142 | 124/2004 Т17/1994 |
| | Крокеты рыбные | 100 | 13,4 | 11,6 | 15 | 213 | ТТК№60 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,78 | 9,3 | 38 | 203 | 472/1994 |
| | АКНапиток из кураги | 200 | 0,9 | 0 | 16,1 | 117 | 704/2004 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **806** | **30,18** | **27,5** | **114,9** | **819** | |
| **Среда** | | | | | | | |
| Обед | Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные | 250/20 | 9 | 7 | 22 | 165 | 110/2004 112/2004 |
| | Сарделька "Любительская" | 80/30 | 13,3 | 13,8 | 10,8 | 177 | ТТК№65 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,3 | 7,3 | 37,3 | 284,6 | 469/1994 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **818** | **33,1** | **28,7** | **114,9** | **817,6** | |
| **Четверг** | | | | | | | |
| Обед | Суп Картофельный с макаронными изделиями | 250 | 9 | 8,6 | 39 | 186 | 140/2004 |
| | Котлета куриная рубленая с соусом красным основным | 50/50 | 8,35 | 9,3 | 9,2 | 150 | ТТК№52 528/1994 |
| | Каша гречневая вязкая | 200 | 6,2 | 9 | 29,8 | 265 | 464/1994 |
| | АККомпот из сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 20,8 | 84 | ТТК№61 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **808** | **28,05** | **27,5** | **128,6** | **818** | |
| **Пятница** | | | | | | | |
| Обед | Суп Картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные | 250/20 | 10,8 | 7,7 | 22,5 | 207 | 139/2004 112/2004 |
| | Фрикадельки в соусе | 55/50 | 13,1 | 14,4 | 17 | 234 | 469/2004 |
| | Макаронные изделия отварные | 190 | 6,9 | 7,3 | 34 | 291,3 | 469/1994 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **805** | **33,5** | **29,8** | **105,6** | **864,3** | |

Вторая неделя

Обед от 12 и старше за родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| **Понедельник** | | | | | | | |
| **Обед** | Суп Картофельный, консерва рыбная | 250/10 | 6 | 8,1 | 20,9 | 188 | 133/2004 Т1/1994 |
| | Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с соусом красным основным | 75/30 | 15,4 | 9,6 | 11,7 | 212,6 | 499/2004 528/1994 |
| | Каша гречневая вязкая | 200 | 6,2 | 9 | 29,8 | 265 | 464/1994 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 26,8 | 122 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **848** | **34** | **27,5** | **121,1** | **917,6** | |
| **Вторник** | | | | | | | |
| **Обед** | Суп Картофельный с бобовыми, цыпленок отварной | 250/20 | 7 | 6 | 24 | 210 | 139/2004 Т17/1994 |
| | Жаркое по-домашнему | 50/200 | 16,8 | 37,1 | 44 | 521,4 | 259/2005 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **818** | **30,8** | **44,1** | **129,9** | **996,4** | |
| **Среда** | | | | | | | |
| **Обед** | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 5 | 7,3 | 14,6 | 120,2 | 110/2004 |
| | Котлета "Улыбка" | 70/40 | 9,3 | 12,1 | 9,4 | 235 | ТТК№13 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,3 | 7,38 | 33 | 264,6 | 469/1994 |
| | Чай с шиповником | 200 | 0,4 | 0 | 18,8 | 81 | ТТК№46 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 26,8 | 122 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **823** | **27,2** | **27,58** | **119,5** | **894,8** | |
| **Четверг** | | | | | | | |
| **Обед** | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 12,2 | 6,4 | 20,5 | 181 | 124/2004 |
| | Крокеты рыбные | 100 | 13,4 | 11,6 | 15 | 213 | ТТК№60 |
| | Рис отварной | 200 | 5 | 10,2 | 54 | 306 | 465/1994 |
| | Компот Яблочный | 200 | 0,9 | 0 | 18,3 | 75 | ТТК№68 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **808** | **35,8** | **28,8** | **137,6** | **908** | |
| **Пятница** | | | | | | | |
| **Обед** | Солянка "Школьная" | 250/20 | 12,15 | 14,5 | 11,5 | 214 | ТТК№70 |
| | Макароны, запеченные с сыром | 200 | 12 | 15 | 53 | 320 | ТТК№226 |
| | АКЧай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Сок фруктовый в ассортименте | 1/200 | 0,2 | 0 | 10,2 | 80 | ТН |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **936** | **29,35** | **30,3** | **123,5** | **816** | |

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»

МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:
Директор Школы № 15

_____ Н. Туманова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

_____ А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 09.11.2026

Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Обед с 7 до 12 за родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| **Понедельник** | | | | | | | |
| **Обед** | Рассольник Ленинградский, говядина отварная | 200/10 | 6,6 | 5,9 | 17 | 139,4 | 132/2004 Т8/1996 |
| | Птица запеченная (голень) | 90 | 15,2 | 10,01 | 3,6 | 173,7 | ТТК№4,1 |
| | Рис отварной | 170 | 4,25 | 8,6 | 48 | 265 | 465/1994 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **703** | **28,65** | **24,91** | **100,5** | **708,1** | |
| **Вторник** | | | | | | | |
| **Обед** | Щи из свежей капусты с картофелем , цыпленок отварной | 200/10 | 3,8 | 4,76 | 8,34 | 106 | 124/2004 Т17/1994 |
| | Крокеты рыбные | 90 | 12,1 | 10,4 | 12,5 | 192 | ТТК№60 |
| | Картофельное пюре | 190 | 4 | 9,6 | 39 | 207,1 | 472/1994 |
| | АКНапиток из кураги | 200 | 0,9 | 0 | 16,1 | 117 | 704/2004 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **748** | **25,1** | **25,36** | **105,74** | **755,1** | |
| **Среда** | | | | | | | |
| **Обед** | Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные | 200/20 | 5,55 | 5,6 | 12,9 | 101,2 | 110/2004 112/2004 |
| | Сарделька "Любительская" | 80/30 | 13,3 | 13,8 | 10,8 | 177 | ТТК№65 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,9 | 5,9 | 32 | 276 | 469/1994 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **738** | **28,25** | **25,9** | **100,5** | **745,2** | |
| **Четверг** | | | | | | | |
| **Обед** | Суп Картофельный с макаронными изделиями | 200 | 7 | 4,8 | 15 | 136 | 140/2004 |
| | Котлета куриная рубленая с соусом красным основным | 50/40 | 8,2 | 9 | 9 | 148 | ТТК№52 528/1994 |
| | Каша гречневая вязкая, масло сливочное | 180/4 | 5,4 | 9,3 | 26,8 | 204 | 464/1994 14/2005 |
| | АККомпот из сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 20,8 | 84 | ТТК№61 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **732** | **25,1** | **23,7** | **101,4** | **705** | |
| **Пятница** | | | | | | | |
| **Обед** | Суп Картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные | 200/20 | 5,35 | 6,6 | 16 | 162,3 | 139/2004 112/2004 |
| | Фрикадельки в соусе | 55/50 | 13,1 | 14,4 | 12,7 | 234 | 469/2004 |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 5,6 | 6,5 | 32 | 235,2 | 469/1994 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **750** | **28,65** | **28,1** | **105,7** | **824,5** | |

Обед с 7 до 12 за родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| **Понедельник** | | | | | | | |
| Обед | Суп Картофельный, консерва рыбная | 200/20 | 5,5 | 7,6 | 17,2 | 155,6 | 133/2004 Т1/1994 |
| | Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с соусом красным основным | 75/30 | 15,4 | 9,6 | 11,7 | 212,6 | 499/2004 528/1994 |
| | Каша гречневая вязкая | 180 | 5,4 | 6,1 | 26,8 | 146,3 | 464/1994 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **763** | **30,8** | **23,9** | **100,5** | **705,5** | |
| **Вторник** | | | | | | | |
| Обед | Суп Картофельный с бобовыми, цыпленок отварной | 200/20 | 6,8 | 5,5 | 17,5 | 159,6 | 139/2004 Т17/1994 |
| | Жаркое по-домашнему | 50/150 | 13,4 | 29,7 | 24 | 417 | 259/2005 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК№54 |
| | Баранка сдобная | 1/35 | 2,9 | 2,7 | 19,2 | 121,8 | ТН |
| **Итого:** | | **728** | **28,2** | **38,7** | **109,7** | **902,4** | |
| **Среда** | | | | | | | |
| Обед | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 3,5 | 4,9 | 11,7 | 96,2 | 110/2004 |
| | Котлета "Улыбка" | 70/30 | 9,1 | 11,5 | 8,5 | 223 | ТТК№13 |
| | Макаронные изделия отварные | 200 | 7,2 | 7 | 41,3 | 289,5 | 469/1994 |
| | Чай с шиповником | 200 | 0,4 | 0 | 18,8 | 81 | ТТК№46 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **758** | **24,5** | **24** | **110,1** | **822,7** | |
| **Четверг** | | | | | | | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной | 200/20 | 4 | 5,36 | 8,44 | 132 | 124/2004 Т17/1994 |
| | Крокеты рыбные | 90 | 12,1 | 10,4 | 12,5 | 192 | ТТК№60 |
| | Рис отварной | 180 | 4,5 | 9,2 | 48,6 | 275,4 | 465/1994 |
| | Компот Яблочный | 200 | 0,9 | 0 | 18,3 | 75 | ТТК№68 |
| | Хлеб пшеничный | 1/25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **748** | **25,8** | **25,56** | **117,64** | **807,4** | |
| **Пятница** | | | | | | | |
| Обед | Гарнировка: Огурец свежий | 1/60 | 0,42 | 0,06 | 1,1 | 6,6 | ТТК№107 |
| | Солянка "Школьная" | 200/20 | 7,9 | 5,94 | 32,6 | 145,2 | ТТК№70 |
| | Макароны, запеченные с сыром, масло сливочное | 180/4 | 11,7 | 17 | 52,92 | 340 | ТТК№226 14/2005 |
| | АКЧай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 26,8 | 122 | ТТК№54 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 1/33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК№54 |
| **Итого:** | | **747** | **26,42** | **23,8** | **145,32** | **743,8** | |