

УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР СМУП ПИТ «Восторг»

Рогова Анна Александровна

(подпись)

"29" августа 2022 года

(МАОУ СОШ № 1, 4, 7, 12, 16, 18, 21, 24, 25, 26, 33, 35, 36, 38, 43, МОУ СОШ № 3, 9)

7

1 неделя								
ПОНЕДЕЛЬНИК								
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет				№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр			ККАЛ	
ОБЕД								
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,62	2,19	12,81	105/2	ТТК № 105		
Курочка "Аппетитная"	90	19,87	16,72	0	248/2	ТТК № 248		
Картофель запеченный (из отварного)	150	3,44	13,15	27,92	313/2	Москва 2011 № 313		
Овощи свежие и консервированные порциями (огурцы свежие в нарезку с горошком консерв.)	60	1,32	0,06	3,78	302	ТТК № 302		
Компот из компотной смеси	200	0,15	0,06	20,65	113/1	ТТК № 113		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	11	ТТК № 11		
ИТОГО	760	30,9	32,78	94,16	798,18			
2 прием пищи								
Пицца школьная	60	5,86	6,96	17,54	93/5	Москва 2003 № 93		
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	685/1	Москва 2004 № 685		
ИТОГО	275	5,93	6,98	32,54	218,41			
ОБЩИЙ ИТОГ	1035	36,83	39,76	126,7	1016,59			
ВТОРНИК								
7-11 лет								
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет				№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр			ККАЛ	
ОБЕД								
Свекольник	200	1,53	5,1	8	35/4	Пермь 2001 № 35		
Мясо с овощами "Болоньез"	90	11,52	13	4,05	35/2	ТТК № 35		
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	114/1	ТТК № 114		
Компот из яблок и вишни	200	0,1	0,1	15,9	492	Пермь 2018 № 492		
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	338/2	Москва 2011 № 338		
Хлеб " Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	11	ТТК № 11		
ИТОГО	820	24,87	23,91	101,8	738,95			
2 прием пищи								
Хачапури с сыром	60	7,65	8,49	22,6	11/6	Сыктывкар 1990 № 11		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	282	7,78	8,51	37,80	261,8			
ОБЩИЙ ИТОГ	1102	32,65	32,42	139,6	1000,75			
СРЕДА								
7-11 лет								
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет				№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр			ККАЛ	
ОБЕД								
Суп-лапша домашняя с курой	200	6,41	5,58	10,32	113/3	Москва 2011 №113		
Филе куриное запеченное с сыром	90	19,6	7,38	7,1	19/4	ТТК № 19		

Рис рассыпчатый отварной(из пропаренной крупы)	150	3,65	5,37	36,68	209,7	110/2	ТТК 110/1
Овощи свежие и консервиров. порциями (помидоры свежие в нарезку с кукуруз.консерв.)	60	1	0,6	4,47	23,4	305	ТТК № 305
Компот из кураги	200	0,76	0,04	20,22	85,51	93/1	ТТК № 93
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
ИТОГО	760	35,92	19,57	107,79	753,43		
2 прием пищи							
Кекс "Творожный" (нарезной)	80	7,54	11,9	40,9	300,8	447/2	Москва 2011 № 447
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686
ИТОГО	302	7,67	11,92	56,10	362,8		
ОБЩИЙ ИТОГ	1062	43,59	31,49	163,89	1116,23		
ЧЕТВЕРГ							
7-11 лет							
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы,гр		№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
					ККАЛ		
ОБЕД							
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	3,6	3,23	13,31	98,97	104/3	Москва 2011 № 104
Шницель "Нежный"	90	14,68	8,58	11,03	180,7	352	ТТК № 352
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	99/1	ТТК № 99
Овощи порциями (капуста квашеная со свеклой отварной)	60	0,99	5,03	3,7	61,45	306	ТТК № 306
Компот из черной смородины	200	0	0	19,97	76	89/2	ТТК № 89
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
ИТОГО	760	32,37	23,53	115,65	803,87		
2 прием пищи							
Шарлотка с яблоками	100	3,87	12,1	46,9	309,7	26/1	ТТК № 26
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
ИТОГО	315	3,94	12,12	61,90	369,7		
ОБЩИЙ ИТОГ	1075	36,31	35,65	177,55	1173,57		
ПЯТНИЦА							
7-11 лет							
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы,гр		№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
					ККАЛ		
ОБЕД							
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,62	2,19	12,81	77,13	105/2	ТТК № 105
Сосиски в соусе томатном	100	6,55	12	3,1	147	354	Москва 2004 № 413
Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	312/1	Москва 2011 № 312
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
Фруктовое пюре (в индивид.упаковке)	90	0,45	1,08	12,6	63		
Хлеб " Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
ИТОГО	820	18,08	21,27	119,15	745,78		

2 прием пищи									
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
Булочка "Ромашка" (с вареным спущенным молоком)	50	4,36	4,84	29,04	180,87	254/1	ТТК № 254		
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685		
ИТОГО	265	4,43	4,86	44,04	240,87				
ОБЩИЙ ИТОГ	1085	22,51	26,13	163,19	986,65				
СУББОТА									
7-11 лет									
ОБЕД									
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	107/3	ТТК № 107		
Биточки из мяса птицы	90	14,7	11,07	12,95	218,169	294/5	Москва 2011 № 294		
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	114/1	ТТК № 114		
Компот из изюма	200	0,33	0	22,78	94,44	91/1	ТТК № 91		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11		
ИТОГО	720	28,03	21,58	110,3	762,259				
2 прием пищи									
Котлета запеченная в тесте	80	8,03	9,47	26,35	223,43	420/4	Москва 2011 № 420		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	8,16	9,49	41,55	285,43				
ОБЩИЙ ИТОГ	1022	36,19	31,07	151,85	1047,689				
2 неделя									
ПОНЕДЕЛЬНИК									
7-11 лет									
ОБЕД									
Суп-лапша домашняя с куриой	200	6,41	5,58	10,32	121,22	113/3	Москва 2011 №113		
Сосиски в соусе томатном	100	6,55	12	3,1	147	354	Москва 2004 № 413		
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	99/1	ТТК № 99		
Овощи свежие и консервиров. порциями (помидоры свежие в нарезку с кукуруз.консерв.)	60	1	0,6	4,47	23,4	305	ТТК № 305		
Компот из кураги	200	0,76	0,04	20,22	85,51	93/1	ТТК № 93		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11		
ИТОГО	770	27,82	24,91	105,75	763,88				
2 прием пищи									
Гребешок с вареным спущенным молоком	80	5,95	6,44	47,97	277,69	417/2	Москва 2011 № 417		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	6,08	6,46	63,17	339,69				
ОБЩИЙ ИТОГ	1072	33,9	31,37	168,92	1103,57				
ВТОРНИК									
7-11 лет									
СУББОТА									
7-11 лет									
ОБЕД									
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	107/3	ТТК № 107		
Биточки из мяса птицы	90	14,7	11,07	12,95	218,169	294/5	Москва 2011 № 294		
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	114/1	ТТК № 114		
Компот из изюма	200	0,33	0	22,78	94,44	91/1	ТТК № 91		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11		
ИТОГО	720	28,03	21,58	110,3	762,259				
2 прием пищи									
Котлета запеченная в тесте	80	8,03	9,47	26,35	223,43	420/4	Москва 2011 № 420		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	8,16	9,49	41,55	285,43				
ОБЩИЙ ИТОГ	1022	36,19	31,07	151,85	1047,689				
2 неделя									
ПОНЕДЕЛЬНИК									
7-11 лет									
ОБЕД									
Суп-лапша домашняя с куриой	200	6,41	5,58	10,32	121,22	113/3	Москва 2011 №113		
Сосиски в соусе томатном	100	6,55	12	3,1	147	354	Москва 2004 № 413		
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	99/1	ТТК № 99		
Овощи свежие и консервиров. порциями (помидоры свежие в нарезку с кукуруз.консерв.)	60	1	0,6	4,47	23,4	305	ТТК № 305		
Компот из кураги	200	0,76	0,04	20,22	85,51	93/1	ТТК № 93		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11		
ИТОГО	770	27,82	24,91	105,75	763,88				
2 прием пищи									
Гребешок с вареным спущенным молоком	80	5,95	6,44	47,97	277,69	417/2	Москва 2011 № 417		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	6,08	6,46	63,17	339,69				
ОБЩИЙ ИТОГ	1072	33,9	31,37	168,92	1103,57				
ВТОРНИК									
7-11 лет									
СУББОТА									
7-11 лет									
ОБЕД									
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	107/3	ТТК № 107		
Биточки из мяса птицы	90	14,7	11,07	12,95	218,169	294/5	Москва 2011 № 294		
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	114/1	ТТК № 114		
Компот из изюма	200	0,33	0	22,78	94,44	91/1	ТТК № 91		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11		
ИТОГО	720	28,03	21,58	110,3	762,259				
2 прием пищи									
Котлета запеченная в тесте	80	8,03	9,47	26,35	223,43	420/4	Москва 2011 № 420		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	8,16	9,49	41,55	285,43				
ОБЩИЙ ИТОГ	1022	36,19	31,07	151,85	1047,689				
2 неделя									
ПОНЕДЕЛЬНИК									
7-11 лет									
ОБЕД									
Суп-лапша домашняя с куриой	200	6,41	5,58	10,32	121,22	113/3	Москва 2011 №113		
Сосиски в соусе томатном	100	6,55	12	3,1	147	354	Москва 2004 № 413		
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	99/1	ТТК № 99		
Овощи свежие и консервиров. порциями (помидоры свежие в нарезку с кукуруз.консерв.)	60	1	0,6	4,47	23,4	305	ТТК № 305		
Компот из кураги	200	0,76	0,04	20,22	85,51	93/1	ТТК № 93		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11		
ИТОГО	770	27,82	24,91	105,75	763,88				
2 прием пищи									
Гребешок с вареным спущенным молоком	80	5,95	6,44	47,97	277,69	417/2	Москва 2011 № 417		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	6,08	6,46	63,17	339,69				
ОБЩИЙ ИТОГ	1072	33,9	31,37	168,92	1103,57				
ВТОРНИК									
7-11 лет									
СУББОТА									
7-11 лет									
ОБЕД									
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	107/3	ТТК № 107		
Биточки из мяса птицы	90	14,7	11,07	12,95	218,169	294/5	Москва 2011 № 294		
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	114/1	ТТК № 114		
Компот из изюма	200	0,33	0	22,78	94,44	91/1	ТТК № 91		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11		
ИТОГО	720	28,03	21,58	110,3	762,259				
2 прием пищи									
Котлета запеченная в тесте	80	8,03	9,47	26,35	223,43	420/4	Москва 2011 № 420		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	8,16	9,49	41,55	285,43				
ОБЩИЙ ИТОГ	1022	36,19	31,07	151,85	1047,689				
2 неделя									
ПОНЕДЕЛЬНИК									
7-11 лет									
ОБЕД									
Суп-лапша домашняя с куриой	200	6,41	5,58	10,32	121,22	113/3	Москва 2011 №113		
Сосиски в соусе томатном	100	6,55	12	3,1	147	354	Москва 2004 № 413		
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	99/1	ТТК № 99		
Овощи свежие и консервиров. порциями (помидоры свежие в нарезку с кукуруз.консерв.)	60	1	0,6	4,47	23,4	305	ТТК № 305		
Компот из кураги	200	0,76	0,04	20,22	85,51	93/1	ТТК № 93		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11		
ИТОГО	770	27,82	24,91	105,75	763,88				
2 прием пищи									
Гребешок с вареным спущенным молоком	80	5,95	6,44	47,97	277,69	417/2	Москва 2011 № 417		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	6,08	6,46	63,17	339,69				
ОБЩИЙ ИТОГ	1072	33,9	31,37	168,92	1103,57				
ВТОРНИК									
7-11 лет									
СУББОТА									
7-11 лет									
ОБЕД									
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	107/3	ТТК № 107		
Биточки из мяса птицы	90	14,7	11,07	12,95	218,169	294/5	Москва 2011 № 294		
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	114/1	ТТК № 114		
Компот из изюма	200	0,33	0	22,78	94,44	91/1	ТТК № 91		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11		
ИТОГО	720	28,03	21,58	110,3	762,259				
2 прием пищи									
Котлета запеченная в тесте	80	8,03	9,47	26,35	223,43	420/4	Москва 2011 № 420		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	8,16	9,49	41,55	285,43				
ОБЩИЙ ИТОГ	1022	36,19	31,07	151,85	1047,689				
2 неделя									
ПОНЕДЕЛЬНИК									
7-11 лет									
ОБЕД									
Суп-лапша домашняя с куриой	200	6,41	5,58	10,32	121,22	113/3	Москва 2011 №113		
Сосиски в соусе томатном	100	6,55	12	3,1	147	354	Москва 2004 № 413		
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	99/1	ТТК № 99		
Овощи свежие и консервиров. порциями (помидоры свежие в нарезку с кукуруз.консерв.)	60	1	0,6	4,47	23,4	305	ТТК № 305		
Компот из кураги	200	0,76	0,04	20,22	85,51	93/1	ТТК № 93		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11		
ИТОГО	770	27,82	24,91	105,75	763,88				
2 прием пищи									
Гребешок с вареным спущенным молоком	80	5,95	6,44	47,97	277,69	417/2	Москва 2011 № 417		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	6,08	6,46	63,17	339,69				
ОБЩИЙ ИТОГ	1072	33,9	31,37	168,92	1103,57				
ВТОРНИК									
7-11 лет									
СУББОТА									
7-11 лет									
ОБЕД									
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	107/3	ТТК № 107		
Биточки из мяса птицы	90	14,7	11,07	12,95	218,169	294/5	Москва 2011 № 294		
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	114/1	ТТК № 114		
Компот из изюма	200	0,33	0	22,78	94,44	91/1	ТТК № 91		
Хлеб " Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10		
Хлеб "Городской" порциями	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11		
ИТОГО	720	28,03	21,58	110,3	762,259				
2 прием пищи									
Котлета запеченная в тесте	80	8,03	9,47	26,35	223,43	420/4	Москва 2011 № 420		
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686		
ИТОГО	302	8,16	9,49	41,55	285,43				
ОБЩИЙ ИТОГ	1022	36,19	31,07	151,85	1047,689				
2 неделя									
ПОНЕДЕЛЬНИК									
7-11 лет									
ОБЕД									
Суп-лапша домашняя с куриой	200	6,41	5,58	10,32	121,22	113/3	Москва 2011 №113		
Сосиски в соусе томатном	100	6,55	12	3,1	147	35			

ПРИМЕРОВАТИЕ

ПАИИМЕНОВАНИЕ							№ ТН	РЕЦЕПТУР
ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ				
ОБЕД								
Свекольник	200	1,53	5,1	8	83,9	35/4	Пермь 2001 № 35	
Колбаски мясные "Восторг"	90	12,23	7,73	12,14	169,44	142/3	ТТК № 142	
Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,02	142,4	310/1	Москва 2011 № 310	
Компот из черной смородины	200	0	0	19,97	76	89/2	ТТК № 89	
Фруктовое пюре (в индивид.упаковке)	90	0,45	1,08	12,6	63			
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10	
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11	
ИТОГО	810	22,87	19,03	113,33	719,74			
2 прием пищи								
Багет с колбасой и сыром	75	7,73	9,5	27,69	225,22	38/4	ТТК № 38	
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685	
ИТОГО	290	7,8	9,52	42,69	285,22			
ОБЩИЙ ИТОГ	1100	30,67	28,55	156,02	1004,96			
СРЕДА								
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
7-11 лет								
ОБЕД								
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,624	2,192	13,016	77,128	105/2	ТТК № 105	
Плов из свинины (из пропаренного риса)	230	18,13	14,03	47,61	393,83	124/2	ТТК № 124	
Овощи свежие и консервов. порциями (огурцы свежие в нарезку с горошком консерв.)	60	1,32	0,06	3,78	21	302	ТТК № 302	
Компот из компотной смеси	200	0,15	0,06	20,65	82,9	113/1	ТТК № 113	
Хлеб "Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10	
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11	
ИТОГО	750	25,724	16,942	114,056	717,858			
2 прием пищи								
Шарлотка с яблоками	100	3,87	12,1	46,9	309,7	26/1	ТТК № 26	
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1	Москва 2004 № 686	
ИТОГО	322	4	12,12	62,10	371,7			
ОБЩИЙ ИТОГ	1072	29,724	29,062	176,156	1089,558			
ЧЕТВЕРГ								
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
7-11 лет								
ОБЕД								
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	3,6	3,23	13,31	98,97	104/3	Москва 2011 № 104	
Птица в соусе с томатом	100	14,1	15,3	3,2	205,9	367/1	Пермь 2018 № 367	
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,45	168,45	114/1	ТТК № 114	
Компот из яблок и черной смородины	200	0,1	0,1	15,9	65	492/1	Пермь 2018 № 492	
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338	
Хлеб "Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11	ТТК № 10	
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11	

ИТОГО	810	28,22	24,14	97,66	728,32	
2 прием пищи						
Пицца школьная	60	5,86	6,96	17,54	158,41	93/5 Москва 2003 № 93
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	685/1 Москва 2004 № 685
ИТОГО	275	5,93	6,98	32,54	218,41	
ОБЩИЙ ИТОГ	1085	34,15	31,12	130,2	946,73	
ПЯТНИЦА						
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет				№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр		
ОБЕД						
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	107/3 ТТК № 107
Филе куриное запеченное с сыром	90	19,6	7,38	7,1	170,6	19/4 ТТК № 19
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	99/1 ТТК № 99
Овощи свежие и консервиров. порциями (помидоры свежие в нарезку с кукурузой и горошком консерв.)	60	1,38	0,06	4,94	26,6	304 ТТК № 304
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1 Москва 2011 № 389
Хлеб "Дарницкий" порциями	20	1,3	0,2	8,6	43	11 ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11 ТТК № 11
ИТОГО	760	36,06	19,73	121,2	808,55	
2 прием пищи						
Сосиска запеченная в тесте	80	8,22	10,3	21,86	212,8	420/3 Москва 2011 № 420
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,20	62	686/1 Москва 2004 № 686
ИТОГО	302	8,35	10,32	37,06	274,8	
ОБЩИЙ ИТОГ	1062	44,41	30,05	158,26	1083,35	
СУББОТА						
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет				№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр		
ОБЕД						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	3,6	3,23	13,31	98,97	104/3 Москва 2011 № 104
Биточки "Особые"	90	14,9	11,2	13,1	214,2	21/3 ТТК № 21
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	114/1 ТТК № 114
Компот из изюма	200	0,33	0	22,78	94,44	91/1 ТТК № 91
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	11 ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	11 ТТК № 11
ИТОГО	720	30,15	19,74	113,24	761,06	
2 прием пищи						
Хачапури с сыром	60	7,65	8,49	22,6	199,8	11/6 Сыктывкар 1990 № 11
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	685/1 Москва 2004 № 685
ИТОГО	275	7,72	8,51	37,60	259,8	
ОБЩИЙ ИТОГ	995	37,87	28,25	150,84	1020,86	

