

СОГЛАСОВАНО

Директор



2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

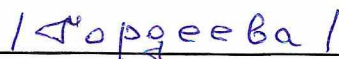
Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Понедельник

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая геркулесовая с маслом сливочным	200	7,2	7,6	26,7	220	184
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	213
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	40	3	1,2	25,1	104,8	к/к
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	432
Печенье в ассортименте	20	2,5	2	8,4	55,3	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>19,3</b>	<b>16,7</b>	<b>82,8</b>	<b>550,1</b>	
<b>Обед</b>						
Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне	205	2,08	4,2	7,6	126,8	95
*Бульон куриный с гренками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Тефтели (1й вариант), соус сметанный	120	16,4	16,1	20,3	199,42	283/371
Доп. гарнир: Огурец соленый	20	0,2	0	0,3	2,6	к/к
Макаронные изделия отварные	155	5,6	4,8	36	209,61	331
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	111,1	394
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>740</b>	<b>27,1</b>	<b>25,8</b>	<b>107,9</b>	<b>727,8</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>46,4</b>	<b>42,5</b>	<b>190,7</b>	<b>1277,9</b>	

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_



2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.



Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Вторник

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая молочная рисовая с маслом сливочным	200	7,6	8,5	25,2	251,75	184
Сыр (порциями)	15	3,45	4,45	0,4	54,5	14
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	45	3,4	1,4	28,2	117,9	к/к
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	62	431
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	14	84	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>16,4</b>	<b>83</b>	<b>570,2</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне	205	4,3	5,8	17,2	133	91
*Бульон куриный с гречками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Доп. гарнир: Икра свекольная	20	0,8	1,6	2	26	56
Птица, тушеная в соусе с овощами	250	15,1	15,9	43,9	353,6	308
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	146	402
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>715</b>	<b>23,4</b>	<b>23,9</b>	<b>110,6</b>	<b>736,84</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>39,5</b>	<b>40,3</b>	<b>193,6</b>	<b>1307,0</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Гордеева /

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Среда  
Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая пшеничная молочная с маслом	200	9,3	8,2	20,2	242,6	184
Бутерброд с джемом	40	1,3	4,6	17,2	112,36	2
Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,7	17,4	91,2	к/к
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	20	1,5	0,6	12,6	52,4	к/к
Пряник	40	1,1	2,16	18,4	112	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>14,7</b>	<b>17,3</b>	<b>85,8</b>	<b>610,6</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной на мясном бульоне	205	4,3	8,5	5,7	118,7	76
*Бульон куриный с гренками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	13,4	6,8	4,1	120,5	231
Доп. гарнир: Горошек консервированный	20	0,6	0,1	1,4	10	к/к
Рис отварной	150	4,6	7,6	40,2	256,3	325
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	32,9	163	408
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>715</b>	<b>25,5</b>	<b>23,9</b>	<b>98,7</b>	<b>736,7</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>40,2</b>	<b>41,2</b>	<b>184,5</b>	<b>1347,3</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

/ Кордеева /



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Генеральный директор ООО "СТК" \_\_\_\_\_



Степанова Е.Г.

2025 г.

2025 г.

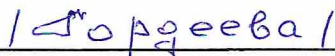
Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Четверг

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
*Запеканка из творога с молоком сгущенным	160	16,1	17,8	24,5	298,8	224
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	40	3	1,2	25,1	104,8	к/к
Чай с сахаром	200	0	0	15	59,96	430
Фрукты сезонные (яблоко)	100	0,8	0,3	11,6	53	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>19,9</b>	<b>19,3</b>	<b>76,2</b>	<b>516,6</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом и гречками на мясном бульоне	220	7,3	5,1	18,6	162,7	99/73
*Бульон куриный с гречками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Доп. гарнир: Салат из кв.капусты с маслом растительным	20	0,3	1	1,5	16,6	40
Жаркое по-домашнему со свининой	250	13,3	20,8	34,5	443,4	258
Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	104	436
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>730</b>	<b>23,7</b>	<b>27,4</b>	<b>96,1</b>	<b>804,9</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>43,6</b>	<b>46,7</b>	<b>172,3</b>	<b>1321,5</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_



2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

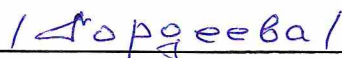
Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Пятница

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая пшеничная молочная с маслом	200	8,7	5,9	25,3	246,44	184
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	213
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	3,7	1,5	31,4	131	к/к
Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,8	к/к
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	62	431
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>17,9</b>	<b>20,3</b>	<b>72,3</b>	<b>577,2</b>	
<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на мясном бульоне	205	1,8	4,8	8,1	77,9	84
*Бульон куриный с гренками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	120	16,5	14,6	17,8	303,6	314/366
Доп. гарнир: Икра морковная	20	0,8	1,6	1,5	23,6	56
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,8	37,1	183,8	323
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	146	402
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>735</b>	<b>25,9</b>	<b>26,4</b>	<b>112</b>	<b>813,14</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>43,8</b>	<b>46,7</b>	<b>184,3</b>	<b>1390,4</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Суббота

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша из пшена и риса молочная («Дружба»)	200	7	8,6	17,8	224,23	190
Сыр (порциями)	15	3,45	4,45	0,4	54,5	14
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	45	3,4	1,4	28,2	117,9	к/к
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	432
Пряник	40	1,1	2,16	18,4	112	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>16,5</b>	<b>17,9</b>	<b>87,1</b>	<b>615,6</b>	
<b>Обед</b>						
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной на курином бульоне	205	3,2	3,1	11,4	94	88
*Бульон куриный с гречками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Суфле из печени	100	15,6	15,3	22,6	317,8	к/к
Доп. гарнир: Огурец соленый	20	0,2	0	0,3	2,6	к/к
Картофельное пюре	155	3,4	8,3	35,4	150,55	335
Напиток лимонный	200	0,1	0	24,3	97,5	436
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>720</b>	<b>25,1</b>	<b>27,2</b>	<b>109,8</b>	<b>740,7</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>41,6</b>	<b>45,1</b>	<b>196,9</b>	<b>1356,3</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

/ Кордеева /



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Понедельник

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая манная молочная с маслом сливочным	200	7,2	7,7	24,2	217	184
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	3,7	1,5	31,4	131	к/к
Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,8	к/к
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	62	431
Печенье в ассортименте	40	5	2,1	16,8	110	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>16,3</b>	<b>19,6</b>	<b>87,7</b>	<b>594,8</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200	2,9	1,7	10,3	107,27	100
*Бульон куриный с гречками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Доп. гарнир: Салат из кв.капусты с маслом растительным	20	0,3	1	1,5	16,6	40
Плов из птицы (филе)	250	19,5	22,4	41,3	481,2	311
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	111,1	394
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>910</b>	<b>25,5</b>	<b>25,8</b>	<b>96,8</b>	<b>794,4</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>41,8</b>	<b>45,4</b>	<b>184,5</b>	<b>1389,2</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Игорьева /

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Вторник

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая геркулесовая с маслом сливочным	200	7,2	7,6	26,74	220	184
Бутерброд с повидлом	60	5	6,1	19,24	122,8	к/к
Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,7	17,44	91,2	к/к
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,33	63	213
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>18,8</b>	<b>20</b>	<b>63,8</b>	<b>497</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной на мясном бульоне	205	4,3	8,5	5,7	118,7	76
*Бульон куриный с гречками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Гуляш из мяса (свинина)	100	11,8	12,6	29,8	245,3	259
Доп. гарнир: Огурец свежий	20	0,2	0	0,3	2,6	к/к
Макаронные изделия отварные	155	5,6	4,8	36	209,61	331
Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	104	436
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>720</b>	<b>24,7</b>	<b>26,4</b>	<b>113,3</b>	<b>758,5</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>43,5</b>	<b>46,4</b>	<b>177,1</b>	<b>1255,5</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

/ Корнеева /



СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_



2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День:

Среда

Неделя:

2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая пшеничная молочная с маслом	200	9,3	8,2	20,2	242,6	184
Сыр (порциями)	15	3,45	4,45	0,4	54,5	14
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	45	3,4	1,4	28,2	117,9	к/к
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	432
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	14	84	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>19,0</b>	<b>17,4</b>	<b>85,1</b>	<b>606</b>	
<b>Обед</b>						
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной на мясном бульоне	205	2,8	8,4	7,4	94	88
*Бульон куриный с гренками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	120	15,2	7,4	6,7	144,8	241/364
Доп. гарнир: Икра свекольная	20	0,8	1,6	2	26	56
Рис отварной	150	4,6	7,6	40,2	256,3	325
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	32,9	163	408
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>735</b>	<b>26,6</b>	<b>26,0</b>	<b>105,0</b>	<b>762,3</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>45,6</b>	<b>43,4</b>	<b>190,1</b>	<b>1368,3</b>	

Заведующий производством Гордеева

СОГЛАСОВАНО

Директор



2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Четверг

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая молочная рисовая с маслом сливочным	200	7,6	9,5	25,2	251,75	184
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	213
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	40	3	1,2	25,1	104,8	к/к
Чай с сахаром	200	0	0	15	59,96	430
Печенье в ассортименте	20	2,5	2	8,4	55,3	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>18,2</b>	<b>17,3</b>	<b>74</b>	<b>534,8</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне	205	4,3	5,8	17,2	133	91
*Бульон куриный с гренками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Доп. гарнир: Горошек консервированный	20	0,6	0,1	1,4	10	к/к
Рагу из птицы	250	16,6	17,9	21,8	353,8	309
Компот из сушеных плодов и ягод	200	0,6	0,1	45,7	176	402
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>715</b>	<b>24,7</b>	<b>24,4</b>	<b>101,9</b>	<b>751,04</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>42,9</b>	<b>41,7</b>	<b>175,9</b>	<b>1285,9</b>	

Заведующий производством Гордеева



СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_



2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.



Двухнедельное вариативное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Пятница

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая пшеничная молочная с маслом	200	8,7	5,9	25,3	246,44	184
Бутерброд с повидлом	60	5	6,1	19,2	122,8	к/к
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	432
Пряник	40	1,1	2,16	18,4	112	к/к
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>16,3</b>	<b>15,5</b>	<b>85,2</b>	<b>588,2</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом и гренками на мясном бульоне	220	7,3	5,1	18,6	162,7	99/73
*Бульон куриный с гренками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Доп. гарнир: Огурец соленый	20	0,2	0	0,3	2,6	к/к
Голубцы ленивые (свинина)	250	16,2	20,6	41,8	420,5	306
Напиток лимонный	200	0,1	0	24,3	97,5	436
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>730</b>	<b>26,4</b>	<b>26,2</b>	<b>100,8</b>	<b>761,54</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>42,7</b>	<b>41,7</b>	<b>186,0</b>	<b>1349,8</b>	

Заведующий производством Игорьева



СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_



2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Госненского района.

День: Суббота

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
*Омлет натуральный	150	14,5	18,3	16,7	283,6	214
Доп.гарнир: Горошек консервированный	10	0,3	0,1	0,7	5	к/к
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	40	3	1,2	25,1	104,8	к/к
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	62	431
Фрукты сезонные (яблоко)	100	0,8	0,3	11,6	53	к/к
<b>Итого Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>18,9</b>	<b>19,9</b>	<b>69,3</b>	<b>508,4</b>	
<b>Обед</b>						
Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне	205	2,08	4,2	7,6	126,8	95
*Бульон куриный с гренками	200/15/10	7,22	3,2	18,8	149,8	АКП**
Котлеты особые мясные с соусом молочным	120	14,8	13,7	24,5	284	273/366
Доп.гарнир: Икра морковная	20	0,8	1,6	1,5	23,6	56
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,8	37,1	183,8	323
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	146	402
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>735</b>	<b>24,5</b>	<b>24,9</b>	<b>118,2</b>	<b>842,4</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>43,4</b>	<b>44,8</b>	<b>187,5</b>	<b>1350,8</b>	
<b>Итого за 12 дней</b>		<b>514,8</b>	<b>525,7</b>	<b>2223,4</b>	<b>15999,8</b>	
<b>Итого среднее за день</b>		<b>42,9</b>	<b>43,8</b>	<b>185,3</b>	<b>1333,3</b>	

Указанная пищевая ценность без учета блюд: Бульон куриный с гренками, Чай с сахаром.

\* Блюда со звездочками для вариативного меню. Основные первые и третьи блюда 70%, вариативные 30%

\*\*АКП- акт контрольной проработки