

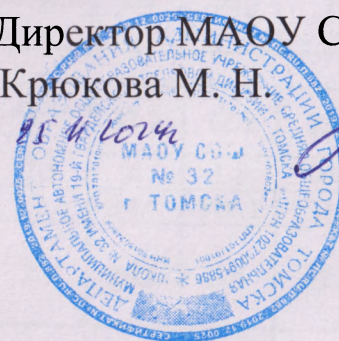
Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель  
Ляпко И. Г.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 32 *г. Томск*  
Крюкова М. Н.



### ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

на обеспечение питанием обучающихся с ОВЗ, получающих начальное образование  
и не проживающие в МОУ (в возрасте от 12 и старше 1-4 класс 2 смена)

**Обучающиеся 1-4 классов (от 12 лет и старше)с ОВЗ во вторую смену (166.00 руб.) от 11.11.2024 г**

[illegible]

### День 1 Полдник

|                                                          |                                                                                                                                                                                                   |       |      |      |       |       |       |       |       |      |      |     |      |     |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|-----|------|-----|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200   | 152  | 3,8  | 4     | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0    | 16,8 | 1   | 0    | 0   |
| №421                                                     | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75 | 204  | 5,1  | 9,4   | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8  | 8,9  | 0,1 | 0,1  | 0,7 |
|                                                          | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт  | 47   | 0,4  | 0,4   | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2    | 0    | 0   | 0    | 10  |
|                                                          | Итого:                                                                                                                                                                                            | 403   | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8   | 25,7 | 1,1  | 0,1 | 10,7 |     |
|                                                          | Всего:                                                                                                                                                                                            | 1186  | 38,1 | 31,6 | 165,2 | 260,6 | 200,5 | 486,7 | 7,4   | 80,9 | 1,2  | 0,1 | 61,3 |     |

### День 2 Обед

|                                                |                                                                                                  |        |      |     |       |      |      |     |      |     |     |     |       |      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|-----|-------|------|------|-----|------|-----|-----|-----|-------|------|
| №96                                            | Рассольник ленинградский (с перловой крупой) со сметаной                                         | 200/10 | 106  | 1,7 | 5,1   | 11,4 | 21,1 | 17  | 48   | 0   | 8   | 0   | 0     | 11,3 |
| № 291                                          | Плов из птицы                                                                                    | 250    | 498  | 23  | 23    | 49   | 15   | 19  | 120  | 0   | 0   | 0   | 0     | 3,75 |
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358 | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный | 200    | 137  | 0,4 | 0,1   | 33,2 | 16,6 | 5,9 | 10,7 | 0   | 0   | 0   | 0     | 29,3 |
| ТТК                                            | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия                                                         | 30     | 73   | 2,3 | 0,3   | 15,2 | 5,5  | 3,9 | 21,7 | 0,4 | 0   | 0   | 0     | 0    |
| ТТК                                            | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия                                                   | 30     | 58   | 1,9 | 0,5   | 7,1  | 7,2  | 6,6 | 32,6 | 0,5 | 0   | 0,1 | 0     | 0    |
|                                                | Итого:                                                                                           | 872    | 29,3 | 29  | 115,9 | 65,4 | 52,4 | 233 | 0,9  | 8   | 0,1 | 0   | 44,35 |      |

## День 2 Полдник

|                                                          |                                                                                                                                                                                                   |       |      |      |       |       |       |       |       |      |      |     |       |     |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|-----|-------|-----|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200   | 152  | 3,8  | 4     | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0    | 16,8 | 1   | 0     | 0   |
| №421                                                     | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75 | 204  | 5,1  | 9,4   | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8  | 8,9  | 0,1 | 0,1   | 0,7 |
|                                                          | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт  | 47   | 0,4  | 0,4   | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2    | 0    | 0   | 0     | 10  |
|                                                          | Итого:                                                                                                                                                                                            | 403   | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8   | 25,7 | 1,1  | 0,1 | 10,7  |     |
|                                                          | Всего:                                                                                                                                                                                            | 1275  | 38,6 | 42,8 | 175,9 | 233,2 | 102,3 | 424,7 | 3,7   | 33,7 | 1,2  | 0,1 | 55,05 |     |

## День 3 Обед

|                                                |                                                                                                  |     |     |      |      |      |      |      |      |     |      |     |   |      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-----|------|-----|---|------|
| №119                                           | Суп с бобовыми                                                                                   | 200 | 107 | 4,3  | 4    | 13,9 | 27,9 | 27   | 74,8 | 0,9 | 0    | 0   | 0 | 8,1  |
| №290                                           | Птица тушеная в соусе                                                                            | 120 | 157 | 12,7 | 10,5 | 3,3  | 13,3 | 1,8  | 11,3 | 0,1 | 12,5 | 0   | 0 | 0    |
| № 309                                          | Макаронные изделия отварные                                                                      | 150 | 249 | 6,7  | 4,5  | 43,2 | 23,8 | 10,8 | 58,7 | 1,1 | 21   | 0,1 | 0 | 0    |
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358 | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный | 200 | 137 | 0,4  | 0,1  | 33,2 | 16,6 | 5,9  | 10,7 | 0   | 0    | 0   | 0 | 29,3 |

|     |                                                |        |     |      |      |       |      |     |       |     |      |     |   |      |
|-----|------------------------------------------------|--------|-----|------|------|-------|------|-----|-------|-----|------|-----|---|------|
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия       | 30     | 73  | 2,3  | 0,3  | 15,2  | 5,5  | 3,9 | 21,7  | 0,4 | 0    | 0   | 0 | 0    |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30     | 58  | 1,9  | 0,5  | 7,1   | 7,2  | 6,6 | 32,6  | 0,5 | 0    | 0,1 | 0 | 0    |
|     |                                                | Итого: | 781 | 28,3 | 19,9 | 115,9 | 94,3 | 56  | 209,8 | 3   | 33,5 | 0,2 | 0 | 37,4 |

### День 3 Полдник

|                                                          |                                                                                                                                                                                                   |               |      |      |      |       |       |       |       |     |      |     |     |      |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-----|------|-----|-----|------|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200           | 152  | 3,8  | 4    | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0   | 16,8 | 1   | 0   | 0    |
| №421                                                     | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75         | 204  | 5,1  | 9,4  | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8 | 8,9  | 0,1 | 0,1 | 0,7  |
|                                                          | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт          | 47   | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2   | 0    | 0   | 0   | 10   |
|                                                          |                                                                                                                                                                                                   | Итого:        | 403  | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8 | 25,7 | 1,1 | 0,1 | 10,7 |
|                                                          |                                                                                                                                                                                                   | <b>Всего:</b> | 1184 | 37,6 | 33,7 | 175,9 | 262,1 | 105,9 | 401,5 | 5,8 | 59,2 | 1,3 | 0,1 | 48,1 |

### День 4 Обед

|      |                           |        |     |     |      |      |      |      |       |     |      |   |   |      |
|------|---------------------------|--------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-----|------|---|---|------|
| №99  | Суп из овощей со сметаной | 200/10 | 86  | 1,6 | 5,6  | 7,8  | 25,8 | 13,5 | 38,1  | 0   | 10   | 0 | 0 | 13,5 |
| ТТК  | Котлета рыбная            | 90     | 221 | 8,9 | 12,8 | 10,3 | 20   | 20,9 | 114,1 | 0,1 | 15,2 | 0 | 0 | 0    |
| №312 | Пюре картофельное         | 150    | 141 | 3,1 | 4,6  | 21   | 43,8 | 30,5 | 92,4  | 1   | 20   | 0 | 0 | 23,8 |

|                                                      |                                                                                                                                                                                                   |       |      |      |       |       |       |       |       |      |      |     |      |      |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|-----|------|------|
| №330, №331, №332, №333                               | Соус сметанный ( с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.                                                                                                            | 30    | 32   | 0,7  | 2     | 2,9   | 10,6  | 3,4   | 12,5  | 0,2  | 9,9  | 0   | 0    | 2    |
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358       | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напитков / кисель витаминизированный                                                                                                 | 200   | 137  | 0,4  | 0,1   | 33,2  | 16,6  | 5,9   | 10,7  | 0    | 0    | 0   | 0    | 29,3 |
| ТТК                                                  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия                                                                                                                                                          | 30    | 73   | 2,3  | 0,3   | 15,2  | 5,5   | 3,9   | 21,7  | 0,4  | 0    | 0   | 0    | 0    |
| ТТК                                                  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия                                                                                                                                                    | 30    | 58   | 1,9  | 0,5   | 7,1   | 7,2   | 6,6   | 32,6  | 0,5  | 0    | 0,1 | 0    | 0    |
|                                                      | Итого:                                                                                                                                                                                            | 748   | 18,9 | 25,9 | 97,5  | 129,5 | 84,7  | 322,1 | 2,2   | 55,1 | 0,1  | 0   | 68,6 |      |
| <b>День 4 Полдник</b>                                |                                                                                                                                                                                                   |       |      |      |       |       |       |       |       |      |      |     |      |      |
| №379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200   | 152  | 3,8  | 4     | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0    | 16,8 | 1   | 0    | 0    |
| №421                                                 | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75 | 204  | 5,1  | 9,4   | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8  | 8,9  | 0,1 | 0,1  | 0,7  |
|                                                      | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт  | 47   | 0,4  | 0,4   | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2    | 0    | 0   | 0    | 10   |
|                                                      | Итого:                                                                                                                                                                                            | 403   | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8   | 25,7 | 1,1  | 0,1 | 10,7 |      |
|                                                      | <b>Всего:</b>                                                                                                                                                                                     | 1151  | 28,2 | 39,7 | 157,5 | 297,3 | 134,6 | 513,8 | 5     | 80,8 | 1,2  | 0,1 | 79,3 |      |

### День 5 Обед

|                                                |                                                                                                   |        |     |      |      |       |      |       |       |     |      |     |   |      |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----|------|------|-------|------|-------|-------|-----|------|-----|---|------|
| №82                                            | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                                                          | 200/10 | 85  | 1,6  | 5,3  | 8,6   | 30,8 | 15    | 35,9  | 0   | 10   | 0   | 0 | 12,6 |
| № 246                                          | Гуляш из куриного филе                                                                            | 100    | 173 | 12,7 | 5,3  | 3     | 5,2  | 2,6   | 6,9   | 0   | 0    | 0   | 0 | 0,9  |
| №171                                           | Каша рассыпчатая гречневая                                                                        | 150    | 205 | 7,3  | 4,9  | 33,2  | 14,7 | 116,1 | 173,3 | 3,3 | 16,3 | 0   | 0 | 0    |
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358 | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напитков / кисель витаминизированный | 200    | 137 | 0,4  | 0,1  | 33,2  | 16,6 | 5,9   | 10,7  | 0   | 0    | 0   | 0 | 29,3 |
| ТТК                                            | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия                                                          | 30     | 73  | 2,3  | 0,3  | 15,2  | 5,5  | 3,9   | 21,7  | 0,4 | 0    | 0   | 0 | 0    |
| ТТК                                            | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия                                                    | 30     | 58  | 1,9  | 0,5  | 7,1   | 7,2  | 6,6   | 32,6  | 0,5 | 0    | 0,1 | 0 | 0    |
|                                                |                                                                                                   | Итого: | 731 | 26,2 | 16,4 | 100,3 | 80   | 150,1 | 281,1 | 4,2 | 26,3 | 0,1 | 0 | 42,8 |

### День 5 Полдник

|                                                       |                                                                                                                                                                                                   |       |     |     |     |      |      |      |       |     |      |     |     |     |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|-----|-----|------|------|------|-------|-----|------|-----|-----|-----|
| № 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200   | 152 | 3,8 | 4   | 25,5 | 128  | 29   | 112,1 | 0   | 16,8 | 1   | 0   | 0   |
| №421                                                  | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75 | 204 | 5,1 | 9,4 | 24,7 | 23,8 | 11,9 | 68,6  | 0,8 | 8,9  | 0,1 | 0,1 | 0,7 |
|                                                       | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт  | 47  | 0,4 | 0,4 | 9,8  | 16   | 9    | 11    | 2   | 0    | 0   | 0   | 10  |



### День 6 Полдник

|                                                          |                                                                                                                                                                                                   |       |      |      |       |       |       |       |       |      |      |     |      |     |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|-----|------|-----|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200   | 152  | 3,8  | 4     | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0    | 16,8 | 1   | 0    | 0   |
| №421                                                     | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75 | 204  | 5,1  | 9,4   | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8  | 8,9  | 0,1 | 0,1  | 0,7 |
|                                                          | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт  | 47   | 0,4  | 0,4   | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2    | 0    | 0   | 0    | 10  |
|                                                          | Итого:                                                                                                                                                                                            | 403   | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8   | 25,7 | 1,1  | 0,1 | 10,7 |     |
|                                                          | Всего:                                                                                                                                                                                            | 1257  | 35,8 | 35,7 | 176,5 | 266,3 | 102,6 | 382,4 | 5     | 35,6 | 1,3  | 0,1 | 57   |     |

### День 7 Обед

|                                                |                                                                                                  |        |     |     |      |      |      |       |       |     |      |   |   |      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----|-----|------|------|------|-------|-------|-----|------|---|---|------|
| №88                                            | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной                                                    | 200/10 | 77  | 1,6 | 5,3  | 6,3  | 32,2 | 12,9  | 33,4  | 0   | 10   | 0 | 0 | 19,3 |
| №279                                           | Тефтели мясные с соусом                                                                          | 110    | 265 | 9,7 | 16,7 | 19   | 17,9 | 24    | 123,6 | 0,2 | 1,6  | 0 | 0 | 4,8  |
| №171                                           | Каша рассыпчатая гречневая                                                                       | 150    | 205 | 7,3 | 4,9  | 33,2 | 14,7 | 116,1 | 173,3 | 3,3 | 16,3 | 0 | 0 | 0    |
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358 | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный | 200    | 137 | 0,4 | 0,1  | 33,2 | 16,6 | 5,9   | 10,7  | 0   | 0    | 0 | 0 | 29,3 |
| ТТК                                            | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия                                                         | 30     | 73  | 2,3 | 0,3  | 15,2 | 5,5  | 3,9   | 21,7  | 0,4 | 0    | 0 | 0 | 0    |

|     |                                                   |        |     |      |      |     |      |       |       |     |      |     |   |      |
|-----|---------------------------------------------------|--------|-----|------|------|-----|------|-------|-------|-----|------|-----|---|------|
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный йодатом калия | 30     | 58  | 1,9  | 0,5  | 7,1 | 7,2  | 6,6   | 32,6  | 0,5 | 0    | 0,1 | 0 | 0    |
|     |                                                   | Итого: | 815 | 23,2 | 27,8 | 114 | 94,1 | 169,4 | 395,3 | 4,4 | 27,9 | 0,1 | 0 | 53,4 |

### День 7 Полдник

|                                                          |                                                                                                                                                                                                   |        |      |      |      |      |       |       |       |     |      |     |     |      |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-----|------|-----|-----|------|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200    | 152  | 3,8  | 4    | 25,5 | 128   | 29    | 112,1 | 0   | 16,8 | 1   | 0   | 0    |
| №421                                                     | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75  | 204  | 5,1  | 9,4  | 24,7 | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8 | 8,9  | 0,1 | 0,1 | 0,7  |
|                                                          | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт   | 47   | 0,4  | 0,4  | 9,8  | 16    | 9     | 11    | 2   | 0    | 0   | 0   | 10   |
|                                                          | Итого:                                                                                                                                                                                            |        | 403  | 9,3  | 13,8 | 60   | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8 | 25,7 | 1,1 | 0,1 | 10,7 |
|                                                          |                                                                                                                                                                                                   | Всего: | 1218 | 32,5 | 41,6 | 174  | 261,9 | 219,3 | 587   | 7,2 | 53,6 | 1,2 | 0,1 | 64,1 |

### День 8 Обед

|                                                         |                                                                                                           |     |     |     |     |      |      |     |      |     |   |   |   |      |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|------|------|-----|------|-----|---|---|---|------|
| №119                                                    | Суп с бобовыми                                                                                            | 200 | 109 | 4   | 3,6 | 13   | 26   | 25  | 70   | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 8,8  |
| № 291                                                   | Плов из птицы                                                                                             | 250 | 498 | 23  | 23  | 49   | 15   | 19  | 120  | 0   | 0 | 0 | 0 | 3,75 |
| №342, №346,<br>№348, №349,<br>№350, №355,<br>№356, №358 | Компот из свежих фруктов или<br>свежих ягод или сухофруктов или<br>напиток / кисель<br>витаминизированный | 200 | 137 | 0,4 | 0,1 | 33,2 | 16,6 | 5,9 | 10,7 | 0   | 0 | 0 | 0 | 29,3 |

|     |                                                |        |     |      |      |       |      |      |      |     |   |     |   |       |
|-----|------------------------------------------------|--------|-----|------|------|-------|------|------|------|-----|---|-----|---|-------|
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия       | 30     | 73  | 2,3  | 0,3  | 15,2  | 5,5  | 3,9  | 21,7 | 0,4 | 0 | 0   | 0 | 0     |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30     | 58  | 1,9  | 0,5  | 7,1   | 7,2  | 6,6  | 32,6 | 0,5 | 0 | 0,1 | 0 | 0     |
|     |                                                | Итого: | 875 | 31,6 | 27,5 | 117,5 | 70,3 | 60,4 | 255  | 1,5 | 0 | 0,1 | 0 | 41,85 |

### День 8 Полдник

|                                                       |                                                                                                                                                                                                   |               |      |      |      |       |       |       |       |     |      |     |     |       |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-----|------|-----|-----|-------|
| № 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200           | 152  | 3,8  | 4    | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0   | 16,8 | 1   | 0   | 0     |
| №421                                                  | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75         | 204  | 5,1  | 9,4  | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8 | 8,9  | 0,1 | 0,1 | 0,7   |
|                                                       | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт          | 47   | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2   | 0    | 0   | 0   | 10    |
|                                                       |                                                                                                                                                                                                   | Итого:        | 403  | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8 | 25,7 | 1,1 | 0,1 | 10,7  |
|                                                       |                                                                                                                                                                                                   | <b>Всего:</b> | 1278 | 40,9 | 41,3 | 177,5 | 238,1 | 110,3 | 446,7 | 4,3 | 25,7 | 1,2 | 0,1 | 52,55 |

### День 9 Обед

|       |                                          |        |     |      |     |      |      |     |      |     |    |     |   |      |
|-------|------------------------------------------|--------|-----|------|-----|------|------|-----|------|-----|----|-----|---|------|
| №82   | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/10 | 85  | 1,6  | 5,3 | 8,6  | 30,8 | 15  | 35,9 | 0   | 10 | 0   | 0 | 12,6 |
| №294  | Биточки рубленые из птицы                | 90     | 215 | 13,7 | 5,7 | 11,6 | 4,7  | 1,7 | 12,1 | 0,2 | 0  | 0   | 0 | 0    |
| № 309 | Макароны отварные с овощами              | 150    | 274 | 6,2  | 9,6 | 39,3 | 33,9 | 19  | 70,7 | 0,9 | 0  | 0,1 | 0 | 2    |

|                                                |                                                                                                  |        |     |      |      |       |       |      |       |     |      |     |   |      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----|------|------|-------|-------|------|-------|-----|------|-----|---|------|
| №330, №331, №332, №333                         | Соус сметанный ( с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.           | 30     | 32  | 0,7  | 2    | 2,9   | 10,6  | 3,4  | 12,5  | 0,2 | 9,9  | 0   | 0 | 2    |
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358 | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный | 200    | 137 | 0,4  | 0,1  | 33,2  | 16,6  | 5,9  | 10,7  | 0   | 0    | 0   | 0 | 29,3 |
| ТТК                                            | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия                                                         | 30     | 73  | 2,3  | 0,3  | 15,2  | 5,5   | 3,9  | 21,7  | 0,4 | 0    | 0   | 0 | 0    |
| ТТК                                            | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия                                                   | 30     | 58  | 1,9  | 0,5  | 7,1   | 7,2   | 6,6  | 32,6  | 0,5 | 0    | 0,1 | 0 | 0    |
|                                                |                                                                                                  | Итого: | 874 | 26,8 | 23,5 | 117,9 | 109,3 | 55,5 | 196,2 | 2,2 | 19,9 | 0,2 | 0 | 45,9 |

### День 9 Полдник

|                                                          |                                                                                                                                                                                                   |        |      |      |      |       |       |       |       |     |      |     |     |      |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-----|------|-----|-----|------|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200    | 152  | 3,8  | 4    | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0   | 16,8 | 1   | 0   | 0    |
| №421                                                     | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75  | 204  | 5,1  | 9,4  | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8 | 8,9  | 0,1 | 0,1 | 0,7  |
|                                                          | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт   | 47   | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2   | 0    | 0   | 0   | 10   |
|                                                          | Итого:                                                                                                                                                                                            |        | 403  | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8 | 25,7 | 1,1 | 0,1 | 10,7 |
|                                                          |                                                                                                                                                                                                   | Всего: | 1277 | 36,1 | 37,3 | 177,9 | 277,1 | 105,4 | 387,9 | 5   | 45,6 | 1,3 | 0,1 | 56,6 |

## День 10 Обед

|                                                |                                                                                                   |     |      |      |       |       |      |       |       |      |      |     |      |      |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|-------|------|-------|-------|------|------|-----|------|------|
| №103                                           | Суп картофельный с вермишелью                                                                     | 200 | 84   | 2    | 2,1   | 14,4  | 14   | 15,8  | 42,1  | 0    | 0    | 0   | 0    | 11,4 |
| ТТК                                            | Котлета рыбная                                                                                    | 90  | 221  | 8,9  | 12,8  | 10,3  | 20   | 20,9  | 114,1 | 0,1  | 15,2 | 0   | 0    | 0    |
| №312                                           | Пюре картофельное                                                                                 | 150 | 141  | 3,1  | 4,6   | 21    | 43,8 | 30,5  | 92,4  | 1    | 20   | 0   | 0    | 23,8 |
| №330,№331,№332, №333                           | Соус сметанный ( с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.            | 30  | 32   | 0,7  | 2     | 2,9   | 10,6 | 3,4   | 12,5  | 0,2  | 9,9  | 0   | 0    | 2    |
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358 | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напитков / кисель витаминизированный | 200 | 137  | 0,4  | 0,1   | 33,2  | 16,6 | 5,9   | 10,7  | 0    | 0    | 0   | 0    | 29,3 |
| ТТК                                            | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия                                                          | 30  | 73   | 2,3  | 0,3   | 15,2  | 5,5  | 3,9   | 21,7  | 0,4  | 0    | 0   | 0    | 0    |
| ТТК                                            | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия                                                    | 30  | 58   | 1,9  | 0,5   | 7,1   | 7,2  | 6,6   | 32,6  | 0,5  | 0    | 0,1 | 0    | 0    |
|                                                | Итого:                                                                                            | 746 | 19,3 | 22,4 | 104,1 | 117,7 | 87   | 326,1 | 2,2   | 45,1 | 0,1  | 0   | 66,5 |      |

### День 10 Полдник

|                                                          |                                                                                                                                                                                                   |       |      |      |       |       |       |       |       |      |      |     |      |     |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|-----|------|-----|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200   | 152  | 3,8  | 4     | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0    | 16,8 | 1   | 0    | 0   |
| №421                                                     | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75 | 204  | 5,1  | 9,4   | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8  | 8,9  | 0,1 | 0,1  | 0,7 |
|                                                          | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт  | 47   | 0,4  | 0,4   | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2    | 0    | 0   | 0    | 10  |
|                                                          | Итого:                                                                                                                                                                                            | 403   | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8   | 25,7 | 1,1  | 0,1 | 10,7 |     |
|                                                          | Всего:                                                                                                                                                                                            | 1149  | 28,6 | 36,2 | 164,1 | 285,5 | 136,9 | 517,8 | 5     | 70,8 | 1,2  | 0,1 | 77,2 |     |

### День 11 Обед

|                                                |                                                                                                  |        |     |      |      |      |      |       |       |     |      |   |   |      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----|------|------|------|------|-------|-------|-----|------|---|---|------|
| №96                                            | Рассольник ленинградский (с перловой крупой) со сметаной                                         | 200/10 | 102 | 1,8  | 5,6  | 11,5 | 20,4 | 14    | 49    | 0   | 10   | 0 | 0 | 10,7 |
| №290                                           | Птица тушеная в соусе                                                                            | 120    | 157 | 12,7 | 10,5 | 3,3  | 13,3 | 1,8   | 11,3  | 0,1 | 12,5 | 0 | 0 | 0    |
| №171                                           | Каша рассыпчатая гречневая                                                                       | 150    | 205 | 7,3  | 4,9  | 33,2 | 14,7 | 116,1 | 173,3 | 3,3 | 16,3 | 0 | 0 | 0    |
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358 | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный | 200    | 137 | 0,4  | 0,1  | 33,2 | 16,6 | 5,9   | 10,7  | 0   | 0    | 0 | 0 | 29,3 |
| ТТК                                            | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия                                                         | 30     | 73  | 2,3  | 0,3  | 15,2 | 5,5  | 3,9   | 21,7  | 0,4 | 0    | 0 | 0 | 0    |

|     |                                                   |        |     |      |      |       |      |       |       |     |      |     |   |    |
|-----|---------------------------------------------------|--------|-----|------|------|-------|------|-------|-------|-----|------|-----|---|----|
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный йодатом калия | 30     | 58  | 1,9  | 0,5  | 7,1   | 7,2  | 6,6   | 32,6  | 0,5 | 0    | 0,1 | 0 | 0  |
|     |                                                   | Итого: | 732 | 26,4 | 21,9 | 103,5 | 77,7 | 148,3 | 298,6 | 4,3 | 38,8 | 0,1 | 0 | 40 |

### День 11 Полдник

|                                                             |                                                                                                                                                                                                                     |       |      |      |       |       |       |       |       |      |      |     |      |     |
|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|-----|------|-----|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 /<br>377 /376 | Кофейный напиток с молоком<br>/Кофейный напиток с молоком<br>сгущенным / Какао с молоком /<br>Какао с молоком сгущенным /Чай с<br>сахаром/Чай с молоком /Чай с<br>медом/ Чай с лимоном /Чай со<br>сгущенным молоком | 200   | 152  | 3,8  | 4     | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0    | 16,8 | 1   | 0    | 0   |
| №421                                                        | Мучное кулинарное / Сдобное<br>изделие                                                                                                                                                                              | 50/75 | 204  | 5,1  | 9,4   | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8  | 8,9  | 0,1 | 0,1  | 0,7 |
|                                                             | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                                       | 1 шт  | 47   | 0,4  | 0,4   | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2    | 0    | 0   | 0    | 10  |
|                                                             | Итого:                                                                                                                                                                                                              | 403   | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8   | 25,7 | 1,1  | 0,1 | 10,7 |     |
|                                                             | Всего:                                                                                                                                                                                                              | 1135  | 35,7 | 35,7 | 163,5 | 245,5 | 198,2 | 490,3 | 7,1   | 64,5 | 1,2  | 0,1 | 50,7 |     |

### День 12 Обед

|       |                           |        |     |      |     |      |      |      |      |   |    |   |   |      |
|-------|---------------------------|--------|-----|------|-----|------|------|------|------|---|----|---|---|------|
| №99   | Суп из овощей со сметаной | 200/10 | 86  | 1,6  | 5,6 | 7,8  | 25,8 | 13,5 | 38,1 | 0 | 10 | 0 | 0 | 13,5 |
| № 246 | Гуляш из куриного филе    | 100    | 173 | 12,7 | 5,3 | 3    | 5,2  | 2,6  | 6,9  | 0 | 0  | 0 | 0 | 0,9  |
| № 305 | Рис припущенный           | 150    | 213 | 4,1  | 5,2 | 36,8 | 8    | 27   | 82   | 0 | 21 | 0 | 0 | 0    |

|                                                |                                                                                                   |        |     |     |     |       |      |      |      |     |    |     |   |      |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----|-----|-----|-------|------|------|------|-----|----|-----|---|------|
| №342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358 | Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напитков / кисель витаминизированный | 200    | 137 | 0,4 | 0,1 | 33,2  | 16,6 | 5,9  | 10,7 | 0   | 0  | 0   | 0 | 29,3 |
| ТТК                                            | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия                                                          | 30     | 73  | 2,3 | 0,3 | 15,2  | 5,5  | 3,9  | 21,7 | 0,4 | 0  | 0   | 0 | 0    |
| ТТК                                            | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия                                                    | 30     | 58  | 1,9 | 0,5 | 7,1   | 7,2  | 6,6  | 32,6 | 0,5 | 0  | 0,1 | 0 | 0    |
|                                                |                                                                                                   | Итого: | 740 | 23  | 17  | 103,1 | 68,3 | 59,5 | 192  | 0,9 | 31 | 0,1 | 0 | 43,7 |

### День 12 Полдник

|                                                          |                                                                                                                                                                                                   |        |      |      |      |       |       |       |       |     |      |     |     |      |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-----|------|-----|-----|------|
| №<br>379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376 | Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком | 200    | 152  | 3,8  | 4    | 25,5  | 128   | 29    | 112,1 | 0   | 16,8 | 1   | 0   | 0    |
| №421                                                     | Мучное кулинарное / Сдобное изделие                                                                                                                                                               | 50/75  | 204  | 5,1  | 9,4  | 24,7  | 23,8  | 11,9  | 68,6  | 0,8 | 8,9  | 0,1 | 0,1 | 0,7  |
|                                                          | Свежие фрукты                                                                                                                                                                                     | 1 шт   | 47   | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 16    | 9     | 11    | 2   | 0    | 0   | 0   | 10   |
|                                                          | Итого:                                                                                                                                                                                            |        | 403  | 9,3  | 13,8 | 60    | 167,8 | 49,9  | 191,7 | 2,8 | 25,7 | 1,1 | 0,1 | 10,7 |
|                                                          |                                                                                                                                                                                                   | Всего: | 1143 | 32,3 | 30,8 | 163,1 | 236,1 | 109,4 | 383,7 | 3,7 | 56,7 | 1,2 | 0,1 | 54,4 |

|

