



Примерное тридцатидневное меню
для обеспечения двух разовым питанием (завтраки, обеды) на льготных условиях детей, возрастной группы 15-18 лет в
Государственном автономном профессиональном образовательном учреждении
Новосибирской области
<< Новосибирский педагогический колледж № 1. А.С. Макаренко >>
на осенне-зимний период

№ рецептуры Сб.рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетич.це нность(ккал)	Витамины(ккал)				Миниральные вещества				Цена
			Белки	Жиры	Углев оды		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Первая неделя														
	01.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша манная (жидкая на молоке с маслом сливочным(крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	8,6	21	197,8	0,04		0,04	2	44	29	8	0,4	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8	0				12	8	6	0,8	2,7
	Ватрушка с повидлом	75	4,4	8,7	51,1	295					12	8	6	0,8	3
	Итого завтрак		23,6	26,8	137,8	887,5	0,44	0,05	0,15	7	178	318	83	5,5	15,7
	Обед														
124(2004)	Щи из свежей капусты с картофелем (курица, Капустаи свежая, картофель, морковь, лук репчатый, соль, масло сливочное)	250	2	14,3	6	160,7	0,05	20,5		1	165	185	25	0,8	15
487(2004)	Птица отварная(куриное филе, лук репчатый, соль)	75	13,5	22,1	11,3	298,1	0,07	1,6		1	70	193	34	1,4	30

[illegible]

	03.09.2026														
	Завтрак														
302(2004)	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным(крупа пшеничная, вода, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	11,7	33,4	275,3	0,19		0,1	2	29	118	44	1,5	10
	Булочка с повидлом/ вареной сгущенкой	80	8	10,3	33,8	259,9	0,05		0,01	2	16	63	7	0,7	3
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Итого завтрак		24,5	28,7	121,8	844,2	0,19	2,2	0,06	5	122	183	38	3,8	15,7
	Обед														
139(2004)	Суп картофельный с фасолью(бульон мясной, фасоль, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное, соль)	250	5,3	7	11,3	129,4	0,05	2,3	0,02	3	90	220	18	0,8	15
498(2004)	Котлеты биточки из птицы(фарш куриный, молоко, хлеб, соль)	75/50	19,8	18,5	0,8	248,9	0,13			1	117	87	33	3,6	30
508(2004)	Каша гречневая рассыпчатая(вода, соль, крупа гречневая, масло сливочное)	150	10,6	12,4	45,8	337,2	0,12			1	18	108	73	2,4	10
705(2004)	Компот из плодов шиповника (шиповник сушеный, вода, сахар)	200	1		27,4	110	0,04	8		2	40	36	20	0,4	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Банан	200													13
	Итого обед		42	32,8	189,4	1225,8	0,53	37,2		4	323	370	134	12,2	75
	Всего за 03.09.2026		110,4	111,2	494,7	3426,8	1,21	116	0,12	17	890	1195	309	24,3	90,7
	04.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша кукурузная (жидкая) на молоко с маслом сливочным(крупа кукурузная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	5,3	5,8	28,4	187	0,08		0,1	0	8	44	12	1,1	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Булочка с посыпкой	50													3
	Итого завтрак		23	25	122,3	813,9	0,25	1	0,11	1	254	394	64	4,9	15,7

	Обед														
140(2004)	Суп картофельный с макаронными изделиями(макароны, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	7	8,9	20,7	190,9	0,07	0,7	0,05	1	147	125	20	0,5	15
451(2004)	Шницель из фарша (говядина)	75	13,8	21,5	2,2	257,5	0,25			1	15	125	21	1,1	38
518(2004)	Картофель отварной(вода, картофель, соль, масло сливочное)	150	3,2	2,2	18,1	105	0,5	2,6	0,04	0	90	10	64	1	15
639(2004)	Компот из смеси сухофруктов(вода, сахар, слива с косточкой, яблоко, рябина черноплодная, смородина черная)	200	0,6		31,4	145,6	0,06			0	19	34	9	4,8	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Итого обед		35,5	41	145,9	1098,9	0,59	15,3	0,02	7	362	626	142	7,7,1	75
	Всего за 04.09.2026		103,6	107,5	455,8	3217,3	1,86	40	0,29	13	1030	1603	375	24,9	90,7
	05.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша манная (жидкая на молоке с маслом сливочным(крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	8,6	21	197,8	0,04		0,04	2	44	29	8	0,4	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Плюшка с сахаром	80													3
	Итого завтрак		19,1	20,6	137	810,5	0,4	1,1	0,13	7	148	328	80	6,3	15,7
	Обед														
138(2004)	Суп картофельный с крупой(куриное филе, крупа рисовая, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	2,6	2,3	14,3	88,3	0,09	8,2		1	93	63	25	0,9	15
422(2004)	Тефтели с рисом (фарш говядина, рис, лук репчатый мука, масло, соус)	100/50	13,9	6,5	2	122,1	0,04	8		1	28	112	18	1,1	30
508(2004)	Каша гречневая рассыпчатая(вода, соль, крупа гречневая, масло сливочное)	150	10,6	12,4	45,8	337,2	0,12			1	18	108	73	2,4	10
705(2004)	Компот из плодов шиповника (шиповник сушеный, вода, сахар)	200	1		27,4	110	0,04	8		2	40	36	20	0,4	5

	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Апельсин	200													13
	Итого обед		42,1	30,4	186,4	1183,4	0,52	30,1	0,25	8	260	523	193	8,5	75
	Всего за 05.09.2026		104	94,8	503,1	3282,6	1,37	57,7	0,43	19	908	1565	390	24	90,7
	Вторая неделя														
	07.09.2026														
	Завтрак														
302(2004)	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным(крупа пшеничная, вода, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	11,7	33,4	275,3	0,19		0,1	2	29	118	44	1,5	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Ватрушка с повидлом	75	9	11,3	54,8	356,9	0,05		0,01	2	12	145	7	0,7	3
	Итого завтрак		24,3	25	106,6	781,8	0,24	60,8	0,05	4	341	488	87	4,1	15,7
	Обед														
139(2004)	Суп картофельный с фасолью(бульон мясной, фасоль, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное, соль)	250	5,3	7	11,3	129,4	0,05	2,3	0,02	3	90	220	18	0,8	15
500/595(2004)	Биточки рубленые из куриного фарша со сливочным соусом	75/50	17,1	13,5	8,9	225,5	0,08	1,2	0,06	2	246	212	38	3,2	30
332(2004)	Макароны отворные (макаронные изделия, соль, масло сливочное)	150/5	4,3	7,2	29,1	198,4	0,04				26	47	14	0,7	10
705(2004)	Компот из плодов шиповника (шиповник сушеный, вода, сахар)	200	1		27,4	110	0,04	8		2	40	36	20	0,4	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Яблоко	200													13
	Итого обед		40,2	34,8	137,4	1027,7	0,6	41,3	0,11	5	667	574	129	10,2	75
															90,7
	08.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша кукурузная (жидкая) на молоко с маслом сливочным(крупа кукурузная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	5,3	5,8	28,4	187	0,08		0,1	0	8	44	12	1,1	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7

	Плюшка с сахаром (промышленного производства)	100	10,1	11,8	56,1	371	0,11		0,02	4	21	189	13	1,3	3
	Итого завтрак		24,1	24,6	106,1	742,6	0,2	2,2	0,09	4	122	200	64	5,2	15,7
	Обед														
140(2004)	Суп картофельный с макаронными изделиями(макароны, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	7	8,9	20,7	190,9	0,07	0,7	0,05	1	147	125	20	0,5	15
451(2004)	Шницель из фарша (говядина)	75	13,8	21,5	2,2	257,5	0,25			1	15	125	21	1,1	38
214(2004)	Капуста тушеная(капуста свежая белокочанная, вода, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, мука пшеничная, сахар, соль)	150	3,7	6,9	16	141	0,04	25,5		2	87	60	30	1,2	15
639(2004)	Компот из смеси сухофруктов(вода, сахар, слива с косточкой, яблоко, рябина черноплодная, смородина черная)	200	0,6		31,4	145,6	0,06			0	19	34	9	4,8	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Итого обед		41,7	42,4	153,4	1139,9	0,45	63,4	0,08	6	363	587	148	9,1	75
															90,7
	09.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша манная (жидкая на молоке с маслом сливочным(крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	8,6	21	197,8	0,04		0,04	2	44	29	8	0,4	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8	0				12	8	6	0,8	2,7
	Булочка с повидлом/ вареной сгущенкой	80													3
	Итого завтрак		26	26	202	897,2	0,22	1,6	0,08	2	233	417	69	3,7	15,7
	Обед														
138(2004)	Суп картофельный с крупой(куриное филе, крупа рисовая, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	2,6	2,3	14,3	88,3	0,09	8,2		1	93	63	25	0,9	15

422(2004)	Тефтели с рисом (фарш говядина, рис, лук репчатый мука, масло, соус)	100/50	13,9	6,5	2	122,1	0,04	8		1	28	112	18	1,1	30
518(2004)	Картофель отварной(вода, картофель, соль, масло сливочное)	150	3,2	2,2	18,1	105	0,5	2,6	0,04	0	90	10	64	1	10
705(2004)	Компот из плодов шиповника (шиповник сушеный, вода, сахар)	200	1		27,4	110	0,04	8		2	40	36	20	0,4	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Банан	200													13
	Итого обед		36,4	41,9	146,9	1109,7	0,39	37		4	230	513	124	7,2	75
	Всего за 09.09.2026		102	109,8	531,4	3229	1,08	47,7	0,18	13	874	1508	324	19,5	90,7
	10.09.2026														
	Завтрак														
302(2004)	Каша вязкая пшенная с маслом сливочным(крупа пшенная, вода, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	11,7	33,4	275,3	0,19		0,1	2	29	118	44	1,5	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Булочка с посыпкой	50													3
	Итого завтрак		23,5	24,6	109,3	753,3	0,24		0,01	1	96	157	83	4,3	15,7
	Обед														
124(2004)	Щи из свежей капусты с картофелем (курица, Капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, соль, масло сливочное)	250	2	14,3	6	160,7	0,05	20,5		1	165	185	25	0,8	15
383-600(2004)	Филе минтая п/ф, масло сливочное, мука пшеничная, соль, соус сметанный)	75/50	14,8	23,4	25	369,8	0,26	24	0,06	2	120	140	46	2,6	38
214(2004)	Капуста тушеная(капуста свежая белокочанная, вода, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, мука пшеничная, сахар, соль)	150	3,7	6,9	16	141	0,04	25,5		2	87	60	30	1,2	15
639(2004)	Компот из смеси сухофруктов(вода, сахар, слива с косточкой, яблоко, рябина черноплодная, смородина черная)	200	0,6		31,4	145,6	0,06			0	19	34	9	4,8	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2

	Итого обед		41,1	57	187,7	1424,5	0,65	51,7	0,11	11	479	571	170	8,6	75
															90,7
	11.09.2026														
	Завтрак														
302(2004)	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным(крупа пшеничная, вода, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	11,7	33,4	275,3	0,19		0,1	2	29	118	44	1,5	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Корж молочный	60													3
	Итого завтрак		26,8	27,3	111,9	800,9	0,24	3	0,09	3	282	388	74	3,8	15,7
	Обед														
139(2004)	Суп картофельный с фасолью(бульон мясной, фасоль, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное, соль)	250	5,3	7	11,3	129,4	0,05	2,3	0,02	3	90	220	18	0,8	15
422(2004)	Тефтели с рисом (фарш говядина, рис, лук репчатый мука, масло, соус)	100/50	13,9	6,5	2	122,1	0,04	8		1	28	112	18	1,1	38
508(2004)	Каша гречневая рассыпчатая(вода, соль, крупа гречневая, масло сливочное)	150	10,6	12,4	45,8	337,2	0,12			1	18	108	73	2,4	15
705(2004)	Компот из плодов шиповника (шиповник сушеный, вода, сахар)	200	1		27,4	110	0,04	8		2	40	36	20	0,4	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Итого обед		50,3	30,2	183,6	1175	0,73	37,6	0,25	6	261	474	185	14,3	75
															90,7
	12.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша кукурузная (жидкая) на молоко с маслом сливочным(крупа кукурузная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	5,3	5,8	28,4	187	0,08		0,1	0	8	44	12	1,1	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Булочка с повидлом/ вареной сгущенкой	80													3
	Итого завтрак		24	25	122,2	817,9	0,25	1	0,11	1	254	394	64	4,9	15,7

	Обед														
140(2004)	Суп картофельный с макаронными изделиями(макароны, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	7	8,9	20,7	190,9	0,07	0,7	0,05	1	147	125	20	0,5	15
495(2004)	Котлета натуральная из куриного фарша припущенная (фарш куриный п/ф, вода, масло сливочное)	75	13	17,1	0,5	207,9	0,08	1,2	0,06	2	129	42	14	3,2	30
214(2004)	Капуста тушеная(капуста свежая белокачанная, вода, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, мука пшеничная, сахар, соль)	150	3,7	6,9	16	141	0,04	25,5		2	87	60	30	1,2	10
639(2004)	Компот из смеси сухофруктов(вода, сахар, слива с косточкой, яблоко, рябина черноплодная, смородина черная)	200	0,6		31,4	145,6	0,06			0	19	34	9	4,8	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Апельсин	200													13
	Итого обед		33	38,5	148,5	1166,6	0,5	43,5	0,31	6	296	474	141	9,5	75
	Всего за 12.09.2026		101,9	109,5	458,2	3332,3	1,39	51,6	0,49	11	1090	1697	385	21,4	90,7
	Третья неделя														
	14.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша манная (жидкая на молоке с маслом сливочным(крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	8,6	21	197,8	0,04		0,04	2	44	29	8	0,4	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8	0				12	8	6	0,8	2,7
	Ватрушка с повидлом	75	4,4	8,7	51,1	295					12	8	6	0,8	3
	Итого завтрак		23,6	26,8	137,8	887,5	0,44	0,05	0,15	7	178	318	83	5,5	15,7
	Обед														
124(2004)	Щи из свежей капусты с картофелем (курица, Капустаи свежая, картофель, морковь, лук репчатый, соль, масло сливочное)	250	2	14,3	6	160,7	0,05	20,5		1	165	185	25	0,8	15

487(2004)	Птица отварная(куриное филе, лук репчатый, соль)	75	13,5	22,1	11,3	298,1	0,07	1,6		1	70	193	34	1,4	30
214(2004)	белокачанная, вода, лук репчатый,	150	3,7	6,9	16	141	0,04	25,5		2	87	60	30	1,2	10
705(2004)	Компот из плодов шиповника (шиповник сушеный, вода, сахар)	200	1		27,4	110	0,04	8		2	40	36	20	0,4	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Яблоко	200													13
	Итого обед		32,4	43,7	145,7	1109,8	0,42	51,6		4	554	628	138	9,7	75
															90,7
	15.09.2026														
	Завтрак														
302(2004)	Каша вязкая пшенная с маслом сливочным(крупа пшенная, вода, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	11,7	33,4	275,3	0,19		0,1	2	29	118	44	1,5	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Корж молочный	60	3,6	6,4	37,1	220,4	0,11		0,02	4	31	69	13	1,3	3
	Итого завтрак		37,2	25,4	108,5	811,4	0,29		0,05	1	213	346	101	5,2	15,7
	Обед														
140(2004)	Суп картофельный с макаронными изделиями(макароны, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	7	8,9	20,7	190,9	0,07	0,7	0,05	1	147	125	20	0,5	15
424(2004)	Тефтели с рисом(фарш говядина, рис, лук репчатый, мука, масло, соус)	100/50	13,9	6,5	2	122,1	0,04	8		1	28	112	18	1,1	38
353(2004)	Макароны отворные (макаронные изделия, соль)	150/5	5,1	9,15	34,2	244,5	0,04				26	47	14	0,07	15
639(2004)	Компот из смеси сухофруктов(вода, сахар, слива с косточкой, яблоко, рябина черноплодная, смородина черная)	200	0,6		31,4	145,6	0,06			0	19	34	9	4,8	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Итого обед		43	44,5	171,1	1256,3	0,44	34	0,05	5	322	505	127	9,1	75
	Всего за 15.09.2026		121,7	108,2	431	3343,2	1,17	45	0,16	14	922	1425	349	20,6	90,7

[illegible]

140(2004)	Суп картофельный с макаронными изделиями(макароны, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	7	8,9	20,7	190,9	0,07	0,7	0,05	1	147	125	20	0,5	15
451(2004)	Шницель из фарша (говядина)	75	13,8	21,5	2,2	257,5	0,25			1	15	125	21	1,1	38
518(2004)	Картофель отварной(вода, картофель, соль, масло сливочное)	150	3,2	2,2	18,1	105	0,5	2,6	0,04	0	90	10	64	1	15
639(2004)	Компот из смеси сухофруктов(вода, сахар, слива с косточкой, яблоко, рябина черноплодная, смородина черная)	200	0,6		31,4	145,6	0,06			0	19	34	9	4,8	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Итого обед		35,5	41	145,9	1098,9	0,59	15,3	0,02	7	362	626	142	7,7,1	75
	Итого за 17.09.2026		103,6	107,5	455,8	3217,3	1,86	40	0,29	13	1030	1603	375	24,9	90,7
	18.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша манная (жидкая на молоке с маслом сливочным(крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	8,6	21	197,8	0,04		0,04	2	44	29	8	0,4	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Плюшка с сахаром	80													3
	Итого завтрак		19,1	20,6	137	810,5	0,4	1,1	0,13	7	148	328	80	6,3	15,7
	Обед														
138(2004)	Суп картофельный с крупой(куриное филе, крупа рисовая, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	2,6	2,3	14,3	88,3	0,09	8,2		1	93	63	25	0,9	15
422(2004)	Тефтели с рисом (фарш говядина, рис, лук репчатый мука, масло, соус)	100/50	13,9	6,5	2	122,1	0,04	8		1	28	112	18	1,1	30
508(2004)	Каша гречневая рассыпчатая(вода, соль, крупа гречневая, масло сливочное)	150	10,6	12,4	45,8	337,2	0,12			1	18	108	73	2,4	10
705(2004)	Компот из плодов шиповника (шиповник сушеный, вода, сахар)	200	1		27,4	110	0,04	8		2	40	36	20	0,4	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2

[illegible]

[illegible]

140(2004)	Суп картофельный с макаронными изделиями(макароны, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	7	8,9	20,7	190,9	0,07	0,7	0,05	1	147	125	20	0,5	15
451(2004)	Шницель из фарша (говядина)	75	13,8	21,5	2,2	257,5	0,25			1	15	125	21	1,1	38
214(2004)	Капуста тушеная(капуста свежая белокочанная, вода, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, мука пшеничная, сахар, соль)	150	3,7	6,9	16	141	0,04	25,5		2	87	60	30	1,2	15
639(2004)	Компот из смеси сухофруктов(вода, сахар, слива с косточкой, яблоко, рябина черноплодная, смородина черная)	200	0,6		31,4	145,6	0,06			0	19	34	9	4,8	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Итого обед		41,7	42,4	153,4	1139,9	0,45	63,4	0,08	6	363	587	148	9,1	75
															90,7
	23.09.2026														
	Завтрак														
311(2004)	Каша манная (жидкая на молоке с маслом сливочным(крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	8,6	21	197,8	0,04		0,04	2	44	29	8	0,4	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8	0				12	8	6	0,8	2,7
	Булочка с повидлом/ вареной сгущенкой	80													3
	Итого завтрак		26	26	202	897,2	0,22	1,6	0,08	2	233	417	69	3,7	15,7
	Обед														
138(2004)	Суп картофельный с крупой(куриное филе, крупа рисовая, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	2,6	2,3	14,3	88,3	0,09	8,2		1	93	63	25	0,9	15
422(2004)	Тефтели с рисом (фарш говядина, рис, лук репчатый мука, масло, соус)	100/50	13,9	6,5	2	122,1	0,04	8		1	28	112	18	1,1	30
518(2004)	Картофель отварной(вода, картофель, соль, масло сливочное)	150	3,2	2,2	18,1	105	0,5	2,6	0,04	0	90	10	64	1	10

[illegible]

[illegible]

140(2004)	Суп картофельный с макаронными изделиями(макароны, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	7	8,9	20,7	190,9	0,07	0,7	0,05	1	147	125	20	0,5	15
495(2004)	Котлета натуральная из куриного фарша припущенная (фарш куриный п/ф, вода, масло сливочное)	75	13	17,1	0,5	207,9	0,08	1,2	0,06	2	129	42	14	3,2	30
214(2004)	Капуста тушеная(капуста свежая белокачанная, вода, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, мука пшеничная, сахар, соль)	150	3,7	6,9	16	141	0,04	25,5		2	87	60	30	1,2	10
639(2004)	Компот из смеси сухофруктов(вода, сахар, слива с косточкой, яблоко, рябина черноплодная, смородина черная)	200	0,6		31,4	145,6	0,06			0	19	34	9	4,8	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Апельсин	200													13
	Итого обед		33	38,5	148,5	1166,6	0,5	43,5	0,31	6	296	474	141	9,5	75
	Всего за 26.09.2026		101,9	109,5	458,2	3332,3	1,39	51,6	0,49	11	1090	1697	385	21,4	90,7
	Пятая неделя														
	28.09.2026														
	Завтрак														
302(2004)	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным(крупа пшеничная, вода, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	11,7	33,4	275,3	0,19		0,1	2	29	118	44	1,5	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8					12	8	6	0,8	2,7
	Ватрушка с повидлом	75	9	11,3	54,8	356,9	0,05		0,01	2	12	145	7	0,7	3
	Итого завтрак		24,3	25	106,6	781,8	0,24	60,8	0,05	4	341	488	87	4,1	15,7
	Обед														
139(2004)	Суп картофельный с фасолью(бульон мясной, фасоль, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное, соль)	250	5,3	7	11,3	129,4	0,05	2,3	0,02	3	90	220	18	0,8	15
500/595(2004)	Биточки рубленые из куриного фарша со сливочным соусом	75/50	17,1	13,5	8,9	225,5	0,08	1,2	0,06	2	246	212	38	3,2	30

[illegible]

	Завтрак														
311(2004)	Каша манная (жидкая на молоке с маслом сливочным(крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200/5	9,1	8,6	21	197,8	0,04		0,04	2	44	29	8	0,4	10
685(2004)	Чай с сахаром (вода, чай, сахар)	200/15	0,2		15	60,8	0				12	8	6	0,8	2,7
	Булочка с повидлом/ вареной сгущенкой	80													3
	Итого завтрак		26	26	202	897,2	0,22	1,6	0,08	2	233	417	69	3,7	15,7
	Обед														
138(2004)	Суп картофельный с крупой(куриное филе, крупа рисовая, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль)	250	2,6	2,3	14,3	88,3	0,09	8,2		1	93	63	25	0,9	15
422(2004)	Тефтели с рисом (фарш говядина, рис, лук репчатый мука, масло, соус)	100/50	13,9	6,5	2	122,1	0,04	8		1	28	112	18	1,1	30
518(2004)	Картофель отварной(вода, картофель, соль, масло сливочное)	150	3,2	2,2	18,1	105	0,5	2,6	0,04	0	90	10	64	1	10
705(2004)	Компот из плодов шиповника (шиповник сушеный, вода, сахар)	200	1		27,4	110	0,04	8		2	40	36	20	0,4	5
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,95	41,6	0,02			0	3,6	18,5	4	1	2
	Банан	200													13
	Итого обед		42	32,8	189,4	1225,8	0,53	37,2		4	323	370	134	12,2	75
															90,7

Заведующая столовой

Камина Т.А



Организатор питания
Индивидуальный предприниматель
Власова Екатерина Анатольевна (ИНН
032613020337
ОГРНИП 326547600005739