

Директор МБОУ



УТВЕРЖДАЮ

Директор СМУП

"Комбинат школьного питания"

Т.И. Свиридова

01.12.2023 г.



ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (I СМЕНА) ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (1 вариант)
(столовые, работающие на сырье)

| Наименование блюда | № рец. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | | |
|---|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|---------------|---------------|-------------|-------------|----------|
| | | | | | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мг | PЭ,мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг | |
| Неделя №1 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Сосиски отварные | Сб.2004 № 413 | 100 | 11,28 | 14,96 | 0,00 | 179,76 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 0 | 0 | 0 |
| Паста сырная | ТТК № 552 | 180 | 9,88 | 12,20 | 35,00 | 289,72 | 175,43 | 14,66 | 143,96 | 0,95 | 52,92 | 99,09 | 0,99 | 0,07 | 0,06 | 0 |
| Помидоры (томаты) свежие, нарезка | ТТК № 44 | 20 | 0,22 | 0,04 | 1,02 | 5,08 | 2,74 | 3,92 | 5,1 | 0,18 | 0 | 26,6 | 0,14 | 0,01 | 4,9 | 0 |
| Чай с молоком | Сб.1996 № 630 | 200 | 2,97 | 1,72 | 11,41 | 70,85 | 49,37 | 5,66 | 36,41 | 0,08 | 5,58 | 10,23 | 0 | 0,01 | 0,24 | 0 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием | п/п | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 51,74 | 19,89 | 0 | 0 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,09 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием | | 545 | 27,64 | 29,76 | 69,24 | 655,44 | 247,43 | 24,24 | 185,47 | 2,01 | 58,50 | 135,92 | 1,63 | 0,18 | 5,20 | 0 |
| День 2 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Гуляш | Сб.2004 № 437 | 100 | 14,58 | 14,82 | 3,99 | 206,95 | 13,91 | 19,95 | 152,7 | 2,23 | 13,6 | 27,63 | 0,45 | 0,04 | 0,73 | 0 |
| Каша перловая с овощами | ТТК № 505 | 180 | 4,96 | 8,35 | 37,58 | 237,84 | 35,83 | 29,45 | 165,2 | 1,17 | 29,38 | 585,48 | 0,81 | 0,07 | 1,97 | 0 |
| Теплый компот из с/м черноплодной рябины | ТТК № 854 | 200 | 0,56 | 0,07 | 15,15 | 59,35 | 10,25 | 4,87 | 19,14 | 0,42 | 0 | 0 | 600 | 0 | 2,4 | 0 |
| Печенье сдобное "Хрупки палочки" | ТТК № 1504-1 | 40 | 2,62 | 11,30 | 24,33 | 207,69 | 7,24 | 4,28 | 24,57 | 0,38 | 4 | 4,16 | 3,62 | 0,04 | 0,01 | 0 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | п/п | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54,07 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием | | 570 | 26,11 | 35,04 | 104,09 | 824,18 | 67,23 | 58,55 | 361,61 | 4,20 | 46,98 | 617,27 | 604,88 | 0,15 | 5,11 | 0 |

| Наименование блюда | № рец. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | |
|--|---------------|------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | | | Са | Mg | P | Fe | A,мг | PЭ,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг |
| День 3 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | |
| Котлета по - волжски (минтай) | ТТК № 357 | 100 | 17,37 | 28,14 | 5,87 | 345,70 | 26,49 | 34,43 | 207,5 | 1,78 | 16,97 | 20,63 | 3,38 | 0,4 | 0,73 |
| Пюре картофельное | № 520 сб 2004 | 180 | 3,71 | 5,36 | 26,07 | 165,96 | 56,56 | 34,94 | 103,89 | 1,33 | 18,53 | 39,22 | 0,22 | 0,14 | 12,46 |
| Чай с лимоном | ТТК № 803 | 207 | 1,76 | 0,42 | 9,74 | 48,77 | 2,73 | 0,73 | 1,34 | 0,08 | 0 | 0,14 | 0,01 | 0 | 1,12 |
| Яблоко | | 130 | 0,52 | 0,52 | 15,08 | 63,28 | 20,8 | 11,7 | 14,3 | 2,86 | 0 | 6,5 | 0,26 | 0,04 | 13 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | п/п | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54,07 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием | | 667 | 26,75 | 34,94 | 79,80 | 736,07 | 106,58 | 81,80 | 327,03 | 6,05 | 35,50 | 66,49 | 3,87 | 0,58 | 27,31 |
| День 4 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная из смеси зерновых хлопьев | ТТК № 713 | 200,00 | 6,35 | 3,79 | 27,49 | 170,07 | 114,86 | 13,05 | 83,34 | 0,13 | 12,67 | 23,23 | 0 | 0,03 | 0,55 |
| Масло сливочное | | 3 | 0,02 | 0,02 | 2,18 | | 0,04 | 19,8192 | 1,41 | 0,07 | | | 0,04 | | |
| Запеканка из творога | Сб.2004 № 366 | 60 | 10,53 | 7,03 | 10,07 | 146,79 | 88,58 | 12,72 | 112,44 | 0,31 | 41,8 | 48,33 | 0,21 | 0,02 | 0,14 |
| Молоко сгущенное | ТТК № 51 | 20 | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 63,48 | 61,4 | 6,8 | 43,8 | 0,04 | 8,4 | 9,4 | 0,04 | 0,01 | 0,2 |
| Чай с сахаром | ТТК № 804 | 200 | 1,70 | 0,41 | 9,42 | 46,30 | 0,26 | | | 0,04 | | | | | |
| Банан | | 220 | 3,30 | 1,10 | 49,94 | 210,10 | 17,6 | 92,4 | 61,6 | 1,32 | | 44 | 0,88 | 0,09 | 22 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогатщенный витаминами, железом и кальцием | п/п | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 51,74 | 19,89 | 0 | 0 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,09 | 0 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием | | 748 | 26,63 | 14,89 | 132,01 | 746,76 | 302,63 | 144,79 | 302,59 | 2,71 | 62,87 | 124,96 | 1,17 | 0,24 | 22,89 |

| Наименование блюда | № рец. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | | |
|---|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|--------------|--|
| | | | | | | | Са | Mg | P | Fe | A,мг | PЭ,мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг | |
| День 5 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат "Мозанка" | ТТК № 23 | 100 | 1,31 | 8,54 | 9,95 | 120,07 | 13,11 | 15,72 | 29,53 | 0,43 | 0 | 514,08 | 3,79 | 0,05 | 6,28 | |
| Паста "Карбонара" с филе индейки | ТТК № 418 | 230 | 22,62 | 14,91 | 35,60 | 366,35 | 144,11 | 27,1 | 242,27 | 1,77 | 54,48 | 101,1 | 1,16 | 0,1 | 0,64 | |
| Чай с молоком | Сб.1996 № 630 | 200 | 2,97 | 1,72 | 11,41 | 70,85 | 49,37 | 5,66 | 36,41 | 0,08 | 5,58 | 10,23 | 0 | 0,01 | 0,24 | |
| Крендель сахарный | ТТК № 912 | 100 | 6,79 | 12,24 | 56,92 | 360,80 | 14,28 | 8,91 | 56,74 | 0,82 | 11,58 | 20,06 | 6,3 | 0,07 | 0 | |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием | п/п | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 51,74 | 19,89 | 0 | 0 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,09 | 0 | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Итого за прием | | 675 | 36,98 | 38,25 | 135,69 | 1028,09 | 240,76 | 57,39 | 364,95 | 3,90 | 71,64 | 645,47 | 11,25 | 0,32 | 7,16 | |
| День 6 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Биточек "Антошка" | ТТК № 216 | 100 | 17,27 | 14,31 | 15,83 | 263,05 | 223,96 | 21,17 | 217,11 | 1,63 | 63,7 | 89,4 | 0,41 | 0,04 | 0,29 | |
| Каша вязкая пшеничная | Сб.2004 № 510 | 180 | 4,76 | 4,52 | 26,99 | 170,32 | 7,16 | 0,34 | 2,82 | 0,06 | 15,12 | 28,35 | 0,06 | 0 | 0 | |
| Огурцы консервированные, нарезка | ТТК № 52 | 40 | 0,31 | 0,04 | 1,37 | 6,24 | 9,02 | 5,49 | 16,46 | 0,24 | 0 | 4 | 0,04 | 0,01 | 3,92 | |
| Кофейный напиток (растворимый) | ТТК № 808 | 200 | 1,70 | 1,41 | 25,00 | 116,08 | 53,33 | 6,09 | 39,15 | 0,1 | 6 | 11 | 0 | 0,01 | 0,26 | |
| Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом | п/п | 30 | 2,21 | 0,59 | 15,38 | 75,12 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Итого за прием | | 575 | 27,97 | 21,12 | 96,58 | 689,10 | 293,47 | 33,09 | 275,54 | 2,03 | 84,82 | 132,75 | 0,51 | 0,06 | 4,47 | |
| Среднедневное значение за неделю | | 643 | 27,53 | 25,37 | 102,62 | 739,22 | 167,93 | 73,68 | 290,29 | 3,85 | 56,18 | 252,15 | 53,41 | 0,29 | 14,71 | |

Стоимость питания 146 руб в день

Основание: СанПиН 2.3 /2.4.3590-20

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, ДеЛи Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.

Технолог

Черныш

М. Н. Корнева

| Наименование блюда | № рецеп. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | | |
|---|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--|
| | | | | | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мг | PЭ,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Неделя №2 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Наггетсы "Детские" | ТТК № 416 | 105 | 16,11 | 18,49 | 6,29 | 256,66 | 1,14 | 0 | 1,41 | 0,01 | 12,96 | 24,3 | 0,05 | 0 | 0 | |
| Макароны по-Европейски | ТТК № 554 | 180 | 6,67 | 8,64 | 38,90 | 258,99 | 20,86 | 8,48 | 48,26 | 0,89 | 43,2 | 48,6 | 0,85 | 0,09 | 0 | |
| Чай с сахаром | ТТК № 804 | 200 | 1,70 | 0,41 | 9,42 | 46,30 | 0,26 | | | 0,04 | | | | | | |
| Мандарины | | 100 | 0,75 | 0,18 | 8,55 | 37,29 | 30,8 | 9,57 | 14,79 | 0,09 | 0 | 10 | 0,2 | 0,04 | 15,2 | |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | п/п | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54,07 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Итого за прием | | 635 | 28,62 | 28,22 | 86,20 | 711,59 | 53,06 | 18,05 | 64,46 | 1,03 | 56,16 | 82,90 | 1,10 | 0,13 | 15,20 | |
| День 2 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | Сб.2004 № 71 | 100 | 1,31 | 10,15 | 9,91 | 132,39 | 18,11 | 16,41 | 39,94 | 0,68 | 0 | 206,95 | 4,53 | 0,05 | 8,86 | |
| Говядина в кисло-сладком соусе | ТТК № 212 | 100 | 15,31 | 16,18 | 11,80 | 250,57 | 25,37 | 34,87 | 169,51 | 2,73 | 17 | 33,63 | 0,7 | 0,04 | 0,87 | |
| Каша вязкая ячневая | Сб.2004 № 510 | 180 | 3,69 | 4,46 | 25,82 | 154,66 | 34,45 | 17,21 | 118,48 | 0,66 | 15,12 | 28,35 | 0,64 | 0,08 | 0 | |
| Теплый компот "Сливовый № 2" | ТТК № 851 | 200 | 0,21 | 0,06 | 15,95 | 61,84 | 0,4 | | | 0,04 | | | | | | |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием | п/п | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 51,74 | 19,89 | 0 | 0 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0,09 | 0 | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Итого за прием | | 625 | 23,81 | 31,69 | 85,29 | 709,50 | 98,22 | 68,49 | 327,93 | 4,91 | 32,12 | 268,93 | 5,87 | 0,26 | 9,73 | |

| Наименование блюда | № рец. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | | |
|--|---------------|------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--|
| | | | | | | | Са | Mg | P | Fe | A,мг | PЭ,мкг | ТЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| День 3 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай) | ТТК № 323 | 100 | 9,54 | 4,92 | 5,74 | 103,32 | 25,54 | 30,88 | 103,84 | 0,63 | 4,55 | 458,2 | 2,53 | 0,06 | 4,01 | |
| Рис цветной | ТТК № 528 | 180 | 4,26 | 4,52 | 38,99 | 212,51 | 15,81 | 25,67 | 78,68 | 0,62 | 14,98 | 37,08 | 0,3 | 0,04 | 0,72 | |
| Помидоры (томаты) свежие, нарезка | ТТК № 44 | 60 | 0,65 | 0,12 | 3,06 | 15,25 | 8,23 | 11,76 | 15,29 | 0,53 | 0 | 79,8 | 0,42 | 0,04 | 14,7 | |
| Теплый напиток "Лимонный" | ТТК № 856 | 200 | 0,13 | 0,01 | 10,70 | 43,25 | 6,06 | 1,73 | 3,17 | 0,12 | 0 | 0,29 | 0,03 | 0,01 | 5,76 | |
| Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом | п/п | 30 | 2,21 | 0,59 | 15,38 | 75,12 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Итого за прием | | 595 | 18,51 | 10,41 | 85,88 | 507,73 | 55,64 | 70,04 | 200,98 | 1,90 | 19,53 | 575,37 | 3,28 | 0,15 | 25,19 | |
| День 4 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная кукурузная (жидкая) | Сб.2004 № 311 | 200 | 3,40 | 3,31 | 10,02 | 79,52 | 155,56 | 19,53 | 103,07 | 0,27 | 20,16 | 22,18 | 0 | 0,06 | 12,11 | |
| Масло сливочное | | 3 | 0,02 | 0,02 | 2,18 | | 0,04 | 19,82 | 1,41 | 0,07 | | | 0,04 | | | |
| Творожник с изюмом | ТТК № 605 | 60 | 7,14 | 9,10 | 25,23 | 209,11 | 54,94 | 9,01 | 81,04 | 0,48 | 44,21 | 80,1 | 0,43 | 0,03 | 0,07 | |
| Сметана | ТТК № 54 | 20 | 0,49 | 2,64 | 0,66 | 28,68 | 15,49 | 1,57 | 10,61 | 0,03 | 12 | 21,4 | 0,06 | 0 | 0,03 | |
| Теплый компот "Черника" | ТТК № 858 | 200 | 0,27 | 0,15 | 17,27 | 67,60 | 4,32 | 1,43 | 3,02 | 0,21 | 0 | 0 | 0,35 | 0 | 1 | |
| Банан | | 220 | 3,30 | 1,10 | 49,94 | 210,10 | 17,6 | 92,4 | 61,6 | 1,32 | | 44 | 0,88 | 0,09 | 22 | |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | п/п | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54,07 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Итого за прием | | 753 | 18,01 | 16,82 | 128,34 | 707,37 | 247,95 | 143,76 | 260,75 | 2,38 | 76,37 | 167,68 | 1,76 | 0,18 | 35,21 | |

| Наименование блюда | № рец. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | |
|---|---------------|------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|
| | | | | | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мг | PЭ,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг |
| День 5 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | |
| Котлеты "Сочность" | ТТК № 414 | 100 | 15,25 | 13,89 | 7,73 | 215,36 | 29,49 | 21,62 | 143,49 | 1,82 | 33,2 | 46,09 | 0,43 | 0,16 | 3,21 |
| Пюре из бобовых | Сб.2004 № 541 | 180 | 20,34 | 6,02 | 51,94 | 327,78 | 93,27 | 78,41 | 203,94 | 6,29 | 25,44 | 30,38 | 0,5 | 0,79 | 0 |
| Огурцы свежие, нарезка | ТТК № 45 | 60 | 0,47 | 0,06 | 2,06 | 9,37 | 13,52 | 8,23 | 24,7 | 0,35 | 0 | 6 | 0,06 | 0,02 | 5,88 |
| Теплый компот "Сливовый №1" | ТТК № 852 | 200 | 0,22 | 0,07 | 15,79 | 61,46 | 0,4 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом | п/п | 30 | 2,21 | 0,59 | 15,38 | 75,12 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | п/п | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54,07 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием | | 595 | 40,16 | 20,88 | 103,93 | 743,15 | 136,68 | 108,26 | 372,13 | 8,50 | 58,64 | 82,47 | 0,99 | 0,97 | 9,09 |
| День 6 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше I смена | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат свекольный с консервированным огурцом | ТТК № 39 | 100 | 0,85 | 17,64 | 6,81 | 185,73 | 22,57 | 11,17 | 25,13 | 0,72 | 0 | 1,02 | 8,87 | 0,01 | 2,44 |
| Печень, тушенная в соусе | Сб.2004 № 439 | 100 | 12,93 | 7,03 | 4,66 | 133,78 | 24,16 | 13,32 | 207,32 | 4,42 | 35,09 | 59,76 | 0,83 | 0,16 | 9,38 |
| Рис припущенный | Сб.2004 № 512 | 180 | 4,19 | 4,57 | 43,99 | 234,54 | 11,59 | 27,75 | 85,03 | 0,6 | 15,12 | 28,35 | 0,32 | 0,04 | 0 |
| Какао с молоком | Сб.2004 № 693 | 200 | 3,64 | 3,34 | 15,02 | 100,26 | 110,37 | 26,97 | 101,09 | 0,88 | 12 | 22,12 | 0,01 | 0,03 | 0,52 |
| Булочка "Тюменская" | ТТК № 934 | 70 | 5,02 | 6,95 | 37,62 | 230,72 | 19,44 | 7,65 | 46,55 | 0,64 | 8,81 | 15,36 | 3,5 | 0,06 | 0,06 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | п/п | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54,07 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | п/п | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием | | 700 | 29,17 | 22,39 | 124,33 | 811,65 | 165,56 | 75,69 | 439,99 | 6,54 | 71,02 | 125,59 | 4,66 | 0,29 | 9,96 |