



Меню приготавливаемых блюд

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Действует с 01.06.2026 г.

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Котлета "Южашная" (телятина, свинина, соль йодированная) / Макароны изделия отварные, с сыром (макаронные изделия, сыр млж 45%, масло сливочное) помидор свежий	220	18,2	22,3	24,3	320,6	ТТК № 282/ ТТК № 202/ТК 86 (г. 24/1996)	
Неделя 1	Зефир	50	0,5	0	40	163	пром	
День 1	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон)	215	0,3	0	15,2	60	ТК № 2(686/2004)	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>515</b>	<b>21,37</b>	<b>22,54</b>	<b>95,1</b>	<b>647,1</b>		
ОБЕД	Яблочки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
Неделя 1	Салат из пекинской капусты со свежими помидорами	60	0,6	4,76	1,34	35,4	ТТК № 156	
День 1	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное), гречки	220	6,6	8,5	7,8	133,9	ТК № 69 (139/2004)/ТК № 77(551/2004)	
	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное масло)	200	17,2	16,7	50,3	406,8	ТК № 428 (590/2013)	
	Кисель витаминизированный (4)	200	0	0	23	90	ТТК № 15	
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13	68,55	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>920</b>	<b>29,53</b>	<b>30,65</b>	<b>128,68</b>	<b>908,65</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1435</b>	<b>50,9</b>	<b>53,19</b>	<b>223,78</b>	<b>1555,75</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР, фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР, фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.
- 4 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; В1; В2; В5; С

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Действует с 01.06.2026 г.

Присл. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Яблочки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
	Паста шоколадная для бутербродов (масло сливочное, молоко стученное, какао витаминизированное)	15	0,6	5,8	2,25	41,46	№ 157 (1/3/2015)	
Неделя 1	Запеканка из творога с яблоком (творог 9%, яблоки свежие, яйцо), стученное молоко	150	18,1	15,8	43,5	379,3	ТК № 70 (16/5/2015)/ТТК 51	
	Чай зеленый с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	ТК № 1 (685/2004)	
День 2	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>575</b>	<b>21,27</b>	<b>21,84</b>	<b>92,69</b>	<b>647,76</b>		
ОБЕД	Помидор свежий (порционный)	60	0,2	0	0,7	4,8	ТК 86 (г. 24/1996)	
	Солоника "Деревенская" (свинина, филе куриное, капуста белокочанная, картофель, отруби консервированные, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимон), сметана (млж 15%)	210	6,64	9,56	10,32	156,1	ТТК № 92 /ТТК № 81	
Неделя 1	Зразы из свинины с луком и яйцом (свинина, лук репчатый, яйца куриные, масло сливочное) / соус томатный	90	10,6	10,9	13,8	141,6	ТТК № 612/ ТК № 32 (587/2004)	
День 2	Булгур	150	6,1	9,5	46,38	305,6	ТТК № 274	
	Напиток из яблочной смеси	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28	
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>780</b>	<b>29,79</b>	<b>30,9</b>	<b>129,08</b>	<b>905</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1355</b>	<b>51,06</b>	<b>52,74</b>	<b>221,77</b>	<b>1552,76</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 3 Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Действует с 01.06.2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>								
	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	ТК № 89 (97/2004)	
	Котлета из филе белой рыбы (треска, минтай)/соус молочный с морковью и шпинатом	100	7,2	8,9	20,39	124,4	ТТК № 178 / ТК № 33	
<b>Неделя 1</b>	<b>Пиоре картофельное</b> (картофель, молоко млж 2,5%, масло сливочное 72,5%)	150	4,5	6,6	32,6	245,3	ТК № 187 (520/2004)	
<b>День 3</b>	<b>Кофейный напиток с молоком</b> (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	200	4,1	3,3	18,6	108,7	ТТК № 16	
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8	138	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>21,56</b>	<b>21,82</b>	<b>92,39</b>	<b>646,4</b>		
<b>ОБЕД</b>								
	Огурец свежий	60	0,4	0	1,13	7	ТК № 87 (т. 24 / 1996)	
	Курный суп с макаронами (макаронные изделия, картофель, филе куриное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	200	7,3	9,47	11,4	134,5	ТК № 70 (147/2004)	
<b>Неделя 1</b>	<b>Фрикадельки из цыпленка-бройлера</b> (филе цыпленка-бройлера, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста)/соус сметанный с томатом	90	11,8	10,8	7,3	152,5	ТК № 317 (63/2003)/ТК № 40 (601/2004)	
<b>День 3</b>	<b>Каша гречневая рассыпчатая с овощами</b> (греча, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	150	5,1	9,6	56,7	347,7	ТК № 249 (44/3/2015)	
	<b>Сок фруктовый в потребительской упаковке</b>	200	0	0	24	91	пром	
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13	68,55	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>760</b>	<b>29,73</b>	<b>30,56</b>	<b>129,13</b>	<b>904,75</b>		
	<b>Итого за день</b>	<b>1260</b>	<b>51,29</b>	<b>52,38</b>	<b>221,52</b>	<b>1551,15</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно-минерального комплекса "Валетек-8" (В1: В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно-минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций).
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.

	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Прием пищи								
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Йогурт с фруктово-ягодным наполнителем (4)</b>	125	3,75	3,13	23,75	138,13	пром	
	<b>Творожный бутерброд с сыром и шинатом (хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр, шинат)</b>	45	8,4	8,2	22,6	127	ТК № 172	
<b>Неделя 1</b>	<b>Каша молочная рисовая/ масло сливочное</b>	205	3,7	7,3	28,1	228,1	ТК № 201 (311/2004)/ТК № 49	
	<b>Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко, сахар) (5)</b>	200	3,9	3,1	10,2	85	ТК № 10	
<b>День 4</b>	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	20	1,58	0,16	10,4	69	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>595</b>	<b>21,33</b>	<b>21,89</b>	<b>95,05</b>	<b>647,23</b>		
<b>ОБЕД</b>	<b>Салат "Здоровье" (капуста белокочанная, огурец свежий, масло растительное)</b>	60	0,48	4,5	3,3	34,3	ТК № 111 (7/2003)	
<b>Неделя 1</b>	<b>Суп-пюре из картофеля и кабачков, гречки</b>	220	6,2	9,5	13,4	139,14	ТК № 95/ТК № 77(551/2004)	
	<b>Гуляш (свинина, томаты паста, лук репч., масло сливочн)</b>	90	11,2	9,3	10,4	148	ТК № 429 (437/2004)	
<b>День 4</b>	<b>Отварные макаронные изделия /овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)</b>	150	4,6	6,3	39,3	262,5	ТК № 188 (516/2004) /ТК № 233	
	<b>Напиток "Витошка" (6)</b>	200	0,2	0,1	25	102	ТК № 24	
	<b>Конфеты (7)</b>	7,5	1	0	5	24	пром	
	<b>Хлеб ржаной (2)</b>	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром	
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>797,5</b>	<b>29,73</b>	<b>30,54</b>	<b>129,28</b>	<b>904,84</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1392,5</b>	<b>51,06</b>	<b>52,43</b>	<b>224,33</b>	<b>1552,07</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.
- 4 Продукт, содержащий термофильный молочный стрептококк, болгарскую палочку, бифидобактерии.
- 5 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; D3; С; В1; В2; В6; В12; К1
- 6 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С, В1; В2; В6; В12; РР; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; К1.
- 7 Молочные конфеты "Ешь, как пьешь", 3 шт (7,5 г) = 100 г молока

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Действует с 01.06.2026 г

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>								
	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	TK № 89 (97/2004)	
	Каша молочная пшеница ( пшено, масло сливочное, молоко2,5%/ масло сливочное	205	7,8	6	46,5	262,3	TK № 201 (311/2004)/ ТTK № 49	
	Котлеты молочный (4)	200	5,8	5,6	18,2	146,4	пром	
День 5	Печенье	50	1,38	6,1	12,42	89,63	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>21,25</b>	<b>21,99</b>	<b>92,72</b>	<b>646,83</b>		
	Огурец свежий	60	0,4	0	1,13	7	TK № 87 (г. 24 / 1996)	
	Борщ Сибирский (свекла, картофель, капуста белокочанная, фасоль консервированная, лук репчатый, морковь, маслосливочное, томатная паста), сметана	205	4,2	8,52	5,3	137,8	TK № 54(111/2004)/ТTK № 81	
Неделя 1	Котлета из рыбы "Нежная" (филе минтая, морковь, лук репчатый, яйца)/сус сметанный с овощами (сметана 15%, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	90	13,1	12,7	12,3	140,4	TK № 411 (390/2004) /ТTK № 41	
День 5	Пюре картофельное (картофель, молоко млж 2,5%, масло сливочное 72,5%/овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	150	4,5	7,6	33,6	235,6	TK № 187 (520/2004)/ТTK № 233	
	Напиток из ягодной смеси	200	0,2	0,1	25	102	ТTK № 28	
	Сметаноген (стуженное молоко, альбумин) (5)	25	1,5	0,9	18,9	87,5	пром	
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>800</b>	<b>29,95</b>	<b>30,66</b>	<b>129,11</b>	<b>905,2</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1300</b>	<b>51,2</b>	<b>52,65</b>	<b>221,83</b>	<b>1552,03</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.
- 4 Напиток промышленного производства, обогащенный кальцием.
- 5 Продукт промышленного производства, обогащенный Fe

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Действует с 01.06.2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества					Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы				
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Батончик злаковый</b> (кешью или кокос, овсяные хлопья, цельные злаки, воздушный рис) (4)	30	1,8	6,3	18,9	141	пром		
<b>Неделя 2</b>	<b>Тэфтели "Ломашине"</b> (телятина, свинина, рис, соль йодированная) / соус томатный	90	10,7	6,9	5,4	112,7	ТТК № 282 / ТК № 32 (587/2004)		
<b>День 6</b>	<b>Каша рассыпчатая гречневая</b>	150	6,2	9,2	37,2	229,5	ТК № 189(297/2004)		
	<b>Чай зеленый с лимоном</b>	205	0,3	0	15,2	60	ТК № 2(686/2004)		
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром		
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>21,37</b>	<b>22,64</b>	<b>92,3</b>	<b>646,7</b>	ТТК № 161		
<b>ОБЕД</b>	<b>Яблока</b>	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161		
<b>Неделя 2</b>	<b>Суп картофельный с горбушей</b> (горбуша филе, картофель, яйца куриные, морковь, лук репчатый, масло растительное)	200	5,8	11,44	10,8	146,9	ТТК № 78		
<b>День 6</b>	<b>Азу</b> (картофель, свинина, отруби консервированные, лук репчатый, чеснок, масло растительное)	200	16,9	18,6	40,7	385,87	ТК № 399 (596/2013)		
	<b>Сок фруктовый в полимерной упаковке</b>	200	0	0	24	91	пром		
	<b>Конфеты (5)</b>	5	1	0	3	16	пром		
	<b>Хлеб ржаной (2)</b>	40	3,68	0,6	17,28	91,4	пром		
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром		
	<b>Итого за обед:</b>	<b>855</b>	<b>29,75</b>	<b>30,88</b>	<b>129,02</b>	<b>905,17</b>			
	<b>Итого за День</b>	<b>1360</b>	<b>51,12</b>	<b>53,52</b>	<b>221,32</b>	<b>1551,87</b>			

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)

2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)

3 Для приготвления блюда используется йодированная соль.

4 Батончик-мюсли содержит в своем составе витаминны В1; В2; В6; С; железо; пищевые волокна

5 Молочные конфеты "Шур" как прешь", 2 шт (5 г) = 70 г молока

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Действует с 01.06.2026 г.

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
Неделя 2	Сыр (порцики)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89 (97/2004)	
День 7	Запеканка из творога с морковью ( творог 9%, морковь, яйцо, сметана, сахар) , стущенное молоко	150	11,2	14,5	40,8	320,1	ТК № 270 (52/3/2015)/ТТК 51	
	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	200	4,1	3,3	18,6	108,7	ТТК № 16	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>575</b>	<b>21,57</b>	<b>22,09</b>	<b>92,64</b>	<b>647,8</b>		
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с растительным маслом (помидоры свеж, масло раст)	60	0,6	5,5	2,1	37	ТТК № 113	
Неделя 2	Борщ с капустой и картофелем, сметана (млж15%)	205	6,8	6,4	12,25	131,5	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81	
День 7	Крокеты из курдючного жира и цветной капусты(филе цыпленка-бройлера, крупа рис, цветная капуста, яйца куринные)/соус молочный с морковью и шиньятом	90	11,8	5,1	8,5	120,87	ТТК № 310/ ТТК № 33	
	Отварные макаронные изделия	150	3,9	6,8	40,2	251,8	ТК № 188 (516/2004)	
	Напиток "Витюшка" (4)	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 24	
	Печенье	50	1,38	6,1	12,42	89,63	пром	
	Хлеб ржаной (2)	30	2,76	0,45	13	68,55	пром	
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>815</b>	<b>29,81</b>	<b>30,69</b>	<b>129,07</b>	<b>904,85</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1390</b>	<b>51,38</b>	<b>52,78</b>	<b>221,71</b>	<b>1552,65</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 3 Для приготовления блюд используется йодированная соль.
- 4 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С, В1; В2; В6; В12; РР; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; К1.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Действует с 01.06.2026 г.

	Наименование Блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергич. ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы			
Прием пищи								
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп-пюре из горошин с овощами и рисом (филе горошин, кабачки, крупа рис, сыр, молоко, яйца куриные)	90	12,3	9,1	5,6	140,5	ТТК № 614	
<b>Неделя 2</b>	<b>Пюре картофельное</b> (картофель, молоко млж 2,5%, масло сливочное 72,5%)	150	4,5	6,6	32,6	245,3	ТК № 187 (520/2004)	
<b>День 8</b>	<b>Чай черный байховый с сахаром</b>	210	0,3	0,1	10,3	59,6	ТК № 1 (685/2004)	
	<b>Пряник с фруктовой начинкой</b>	50	1,8	6	35	100	пром	
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>21,27</b>	<b>22,04</b>	<b>99,1</b>	<b>648,9</b>		
<b>ОБЕД</b>	<b>Салат из пекинской капусты со свежими огурцами</b>	60	0,6	2,76	1,6	57,6	ТК № 111 (7/2003)	
<b>Неделя 2</b>	<b>Суп-пюре из цветной капусты, гречки</b>	220	8,6	9,43	19,5	169,04	ТК № 76(168/2004)/ТК № 77(551/2004)	
<b>День 8</b>	<b>Курица, тушеная с овощами</b> (филе цыпленка-бройлера, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	90	11,7	10,3	15,7	132,6	ТТК № 602	
	<b>Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные</b> (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	150	3,6	7,2	38,7	271,5	ТК № 214 (511/2004) /ТТК № 233	
	<b>Напиток из яблочной смеси</b>	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28	
	<b>Хлеб ржаной (2)</b>	30	2,76	0,45	13	68,55	пром	
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>780</b>	<b>29,83</b>	<b>30,48</b>	<b>129,1</b>	<b>904,79</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1310</b>	<b>51,1</b>	<b>52,52</b>	<b>228,2</b>	<b>1553,69</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно-минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно-минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Биоюгурт с фруктово-ягодным наполнителем (4)</b>	125	3,75	3,13	23,75	138,13	пром	
<b>Неделя 2</b>	<b>Йогурт отварное</b>	40	5,1	4,6	0,28	63	ТК № 262 (1/6/2015)	
<b>День 9</b>	<b>Каша молочная "Пять злаков" (хлопья 5 злаков, молоко 2,5%, сахар, соль) / масло сливочное</b>	205	6,8	11,2	42,5	257,3	ТК № 177/ТК № 49	
	<b>Какао витаминизированное (какао "Витощка", молоко, сахар) (5)</b>	200	3,9	3,1	10,2	85	ТК № 10	
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>600</b>	<b>21,92</b>	<b>22,27</b>	<b>92,33</b>	<b>646,93</b>		
<b>ОБЕД</b>	<b>Салат из свежих огурцов и помидоров</b>	60	0,48	5,34	1,56	33,6	ТК № 112 (6/2003)	
	<b>Куринный суп с рисом и картофелем (картофель, филе куриное, рис, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)</b>	200	7,9	5,47	8,4	101,3	ТК № 68 (138/2004)	
<b>Неделя 2</b>	<b>Мясо тушеное в сметане (свинина, лук репчатый, сметана, масло сливочное)</b>	90	11,5	9,3	3,9	128,3	ТК № 318	
<b>День 9</b>	<b>Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, морковь, лук репчатый, масло сливочное) / кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)</b>	150	4,1	9,6	31,7	245,6	ТК № 249 (44/3/2015) / ТК № 271 (46/3/2015)	
	<b>Компот из свежих яблок</b>	200	0,1	0,1	15,41	61	ТК № 5	
	<b>Зефир</b>	50	0,5	0	40	163	пром	
	<b>Хлеб ржаной (2)</b>	30	2,76	0,45	13	68,55	пром	
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	30	2,37	0,24	15,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>810</b>	<b>29,71</b>	<b>30,5</b>	<b>129,57</b>	<b>904,85</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1410</b>	<b>51,63</b>	<b>52,77</b>	<b>221,9</b>	<b>1551,78</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1, В2, В6, РР, фолиевая кислота, железо, кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1, В2, В6, РР, фолиевая кислота, железо, кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется иодированная соль.
- 4 Продукт, содержащий термофильный молочный стрептококк, болгарскую палочку, бифидобактерии.
- 5 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А, Е, Д3, С, В1, В2, В6, В12, К1

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: лето. Возрастная категория: 7-11 лет

Действует с 01.06.2026 г.

	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Прием пищи								
<b>ЗАВТРАК</b>		15	3,9	4,05	0	45	№ 89 (97/2004)	
	<b>Сыр</b> (порциками)							
	<b>Творог</b> (свирина, лук репчатый, хлеб пшеничный, соль йодированная) <b>соус томатный</b>	90	9,3	10,4	16,9	141,1	ТК № 308 (618/2013)/ТК № 32 (587/2004)	
<b>Неделя 2</b>	<b>Отварные макаронные изделия /овощи припущенные</b> (перед салатик, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	150	4,6	6,3	39,3	262,5	ТК № 188 (516/2004) /ТТК № 233	
<b>День 10</b>	<b>Чай зеленый с лимоном</b>	215	0,3	0	15,2	60	ТК № 2(686/2004)	
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	40	3,16	0,32	20,8	138	пром	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>510</b>	<b>21,26</b>	<b>21,07</b>	<b>92,2</b>	<b>646,6</b>		
	<b>Яблоки</b>	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
<b>ОБЕД</b>	<b>Огурцы консервированные</b> (на лимонном соке)	30	1	0	0,5	3	ТК № 127 (5/1/2015)	
	<b>Рассольник Ленинградский, сметана</b> (млж 15%)	205	7,4	10,5	9,8	145,3	ТК № 63(132/2004)/ТТК № 81	
<b>Неделя 2</b>	<b>Терфегли рыбные</b> (минтай, лук репчатый, хлеб пшеничный) / <b>соус молочный</b>	90	11,9	12,7	8,6	155,2	ТК № 414 (414/2004)/ТК № 37	
<b>День 10</b>	<b>Пюре картофельное</b> (картофель, молоко млж 2,5%, масло сливочное 72,5%)	150	4,5	6,6	32,6	245,3	ТК № 187 (520/2004)	
	<b>Сок фруктовый в потребительской упаковке</b>	200	0	0	24	91	пром	
	<b>Хлеб ржаной (2)</b>	40	3,68	0,6	19,28	91,4	пром	
	<b>Хлеб пшеничный (1)</b>	30	2,37	0,24	16,6	103,5	пром	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>925</b>	<b>30,85</b>	<b>30,64</b>	<b>129,02</b>	<b>905,2</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1435</b>	<b>52,11</b>	<b>51,71</b>	<b>221,22</b>	<b>1551,8</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; В9; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 2 Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; В9; фолиевая кислота, железо, кальций)
- 3 Для приготовления блюда используется йодированная соль.