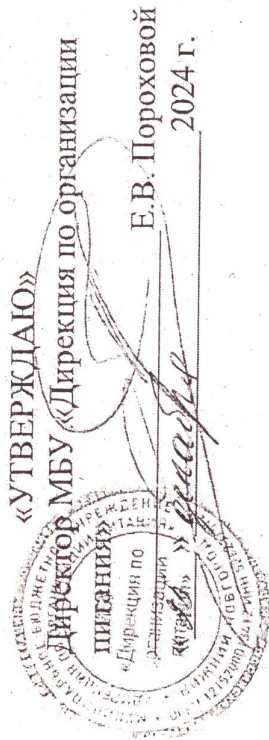


«СОГЛАСОВАНО»



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ «Дирекция по организации питания»

Е.В. Пороховой  
2024 г.

2-х недельное примерное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на январь 2025 года в общеобразовательных учреждениях:

Канавинского района школы № 41, 51, 52, 55, 75, 96, 109, 109Ф, 110, 121, 167, 168, 168Ф, 176, 181, гимназия №50

Ленинского района школы № 60, 62, 72, 91, 94, 97, 100, 101, 106, 120, 123, 138, 160, 175, 177, 182(1к), 182(2к), 185Ф, гимназия №184, лицей №180

Московского района школы № 21, 64, 64Ф, 66, 69, 70, 73, 74, 93, 115(1к), 115(2к), 118, 139, 146, 149, 172, 178, лицей №87, гимназия №67

Сормовского района школы № 9, 26, 27, 76, 77, 78, 81, 84, 85, 117, 117Ф, 141, 183Ф, лицей №82

Нижегородского района школы № 3, 7, 14, 19, 22, 30, 33, 35, 42, 102, 103, 113, лицеи №№ 8, 40, 40Ф, гимназии №№ 1, 1Ф, 13Ф

Советского района школы № 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 151, 173, 188, гимназии №№ 25, 53, лицей №28Ф

Приокского района № 11, 32, 34, 45, 48, 88, 88Ф, 89, 132, 134, 135, 140, 152, 154, 174, гимназия №17

Автозаводского района №5, 6, 12, 15, 16, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 111, 114, 119, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161, 169, 170, 171, 179, 190, лицеи №№ 36, 165, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»



	<b>Всего:</b>		38,4	18,9	98,3	715	108	118	299	7,2	0,7	
	Полдник											
	Сочник с фруктовой начинкой	70	3,5	10,9	43,3	289	0	0	0	0,0	0,0	0,0
ТТК 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,5	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>3,5</b>	<b>10,9</b>	<b>58,3</b>	<b>349</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>57,7</b>	<b>53,5</b>	<b>230,9</b>	<b>1642</b>	<b>471</b>	<b>162</b>	<b>579</b>	<b>8,8</b>	<b>1,1</b>	<b>11,0</b>
	Среда											
	Завтрак											
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,00
210	Омлет натуральный	150	13,8	14,4	3,4	198	123	20	245	2,6	0,1	0,7
306	Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	30	0,9	0,1	2,0	12	6	6	19	0,2	0,0	3,0
338	Фрукты свежие	120	1,0	0,2	9,0	42	42	14	21	0,1	0,1	45,6
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,9	0,0	2,9
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>18,1</b>	<b>21,5</b>	<b>41,2</b>	<b>430</b>	<b>189</b>	<b>45</b>	<b>295</b>	<b>4,3</b>	<b>0,2</b>	<b>52,2</b>
	Обед											
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25/15/250	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,8	0,1	0,7
259	Жаркое по-домашнему	200	9,0	11,7	20,5	224	23	42	96	2,0	0,3	9,0
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/40	5,0	1,1	33,7	165	34	0	0	1,8	0,2	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>24,2</b>	<b>13,9</b>	<b>92,5</b>	<b>593</b>	<b>79</b>	<b>68</b>	<b>136</b>	<b>5,2</b>	<b>0,6</b>	<b>29,7</b>
	Полдник											
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5,0	22,0	156	242	30	188	0,2	0,1	1,8
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с картофелем и луком	80	4,5	5,8	22,3	159	23	13	51	0,6	0,1	1,1
	<b>Всего:</b>		<b>10,1</b>	<b>10,8</b>	<b>44,3</b>	<b>315</b>	<b>265</b>	<b>43</b>	<b>239</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>2,9</b>
	<b>Итого:</b>		<b>52,4</b>	<b>46,2</b>	<b>177,9</b>	<b>1338</b>	<b>533</b>	<b>156</b>	<b>670</b>	<b>10,3</b>	<b>1,0</b>	<b>84,8</b>
	Четверг											
	Завтрак											
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0
ТТК 147	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/5	6,2	8,5	31,6	228	170	36	170	0,6	0,1	1,8
	Кисломолочный продукт "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,0	75	0	0	0	0,0	0,0	0,00
382	Какао с молоком	200	3,6	3,0	20,8	124	124	27	109	0,8	0,0	1,3
	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,8	0,1	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>15,9</b>	<b>26,4</b>	<b>83,5</b>	<b>638</b>	<b>314</b>	<b>63</b>	<b>284</b>	<b>2,2</b>	<b>0,3</b>	<b>3,1</b>
	Обед											
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушёной, сметаной, зеленью	270	4,0	5,7	10,0	107	41	26	84	1,6	0,2	10,4
234	Котлета рыбная	100	13,0	10,5	15,5	208	62	43	176	1,3	0,2	0,4
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1

	3 яблок		200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,00
	железный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами		25/33	4,4	1,0	29,7	145	31	0	0	1,6	0,2	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>			24,7	22,6	81,2	626	179	101	346	6,4	0,7	20,0	4,55
	Полдник													
	Печенье		50	2,5	11,0	31,5	235	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,00
ТТК 206	Компот из ягод		200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,00
	<b>Всего:</b>			2,7	11,1	43,5	284	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,00
	<b>Итого:</b>			43,4	60,1	208,2	1548	504	172	639	8,9	1,0	27,6	4,7
	Пятица													
	Завтрак													
ТТК 477	Бифштекс домашний		90	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,9	0,1	1,2	0,00
309	Вермишель отварная		150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,02
	Пюре яблочное		125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,00
376	Чай с сахаром		200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами		25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>			15,7	18,9	82,0	561	28	22	78	3,1	0,2	1,3	0,0
	Обед													
88	Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной тушёной, зеленью		260	3,1	4,2	7,8	82	36	21	67	1,1	0,2	18,7	0,00
ТТК 242	Филе куриное панированное		100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,1	0,1	1,7	0,08
304	Рис отварной		150	3,7	6,3	28,5	185	1	12	62	0,5	0,0	0,0	0,03
348	Компот из кураги		200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами		25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>			35,6	28,0	87,0	772	115	143	331	5,9	0,6	21,3	0,1
	Полдник													
	Молоко витаминизированное		200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,18
421	Сдоба обыкновенная		50	4,1	3,3	29,9	165	8	6	37	0,5	0,1	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>			10,1	9,7	39,3	285	248	34	217	0,7	0,4	17,0	0,18
	<b>Итого:</b>			61,4	56,6	208,3	1618	391	199	626	9,7	1,2	39,6	0,31
	Вторая неделя													
	Понедельник													
	Завтрак													
14	Масло шоколадное		10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,00
ТТК 147	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом		200/5	6,2	8,5	31,6	228	170	36	170	0,6	0,1	1,8	0,10
338	Фрукты свежие		195	0,8	0,6	20,1	90	89	23	31	4,5	0,0	9,8	0,00
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный		200	2,7	1,9	22,5	118	85	10	63	0,1	0,3	0,9	0,14
	Батон, обогащенный йодоканеном		23	1,6	0,6	11,5	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>			11,4	17,8	87,9	556	344	69	264	5,2	0,4	12,5	0,24



		20,0	20,3	79,0	576	560	75	371	4,1	0,3	14,3	0,35
	орщ "Сибирский" с говядиной тушёной, со сметаной, зеленью											
		270	5,6	10,2	109	39	23	76	1,5	0,2	9,2	0,01
-/1	Биточки домашние	100	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	0,0	0,00
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/40	4,6	1,3	149	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>32,2</b>	<b>25,5</b>	<b>100,9</b>	<b>788</b>	<b>115</b>	<b>187</b>	<b>359</b>	<b>8,7</b>	<b>0,8</b>	<b>10,1</b>	<b>0,01</b>
	<b>Полдник</b>											
ТТК 357/1	Маковый рулетик посыпной	80	7,0	33,9	241	30	10	51	0,5	0,1	0,1	0,01
389	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	92	14	8	14	2,8	0,2	4,0	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>8,0</b>	<b>8,9</b>	<b>54,1</b>	<b>333</b>	<b>44</b>	<b>18</b>	<b>65</b>	<b>3,3</b>	<b>0,3</b>	<b>4,1</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>	<b>60,2</b>	<b>54,7</b>	<b>234,0</b>	<b>1697</b>	<b>719</b>	<b>280</b>	<b>795</b>	<b>16,1</b>	<b>1,3</b>	<b>28,5</b>	<b>0,37</b>
	<b>Четверг</b>											
	<b>Завтрак</b>											
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,04
15	Сыр порционно	15	3,5	4,4	53	150	8	90	0,2	0,0	0,1	0,05
182	Каша молочная пшенная жидкая с маслом	200/4	6,4	6,8	199	155	38	170	0,8	0,1	1,6	0,00
	Кисломолочный продукт "Биолакт"	100	2,8	3,2	75	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,00
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,7	1,9	118	85	10	63	0,1	0,3	0,9	0,14
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	48	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>16,9</b>	<b>24,1</b>	<b>68,8</b>	<b>559</b>	<b>392</b>	<b>56</b>	<b>326</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,23</b>
	<b>Обед</b>											
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	4,8	14,0	111	9	18	73	1,0	0,1	5,2	0,00
284	Запеканка картофельная с печенью	200	12,7	9,8	239	27	51	258	4,6	0,4	6,9	0,01
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	70	1,1	3,6	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/30	3,9	1,1	125	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>22,7</b>	<b>18,6</b>	<b>83,4</b>	<b>587</b>	<b>89</b>	<b>83</b>	<b>358</b>	<b>7,9</b>	<b>0,6</b>	<b>30,8</b>	<b>0,0</b>
	<b>Полдник</b>											
	Печенье	50	2,5	11,0	235	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,00
	<b>Всего:</b>	<b>2,7</b>	<b>11,1</b>	<b>43,5</b>	<b>284</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>4,5</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>	<b>42,3</b>	<b>53,7</b>	<b>195,7</b>	<b>1430</b>	<b>492</b>	<b>147</b>	<b>693</b>	<b>9,2</b>	<b>1,0</b>	<b>37,9</b>	<b>0,24</b>
	<b>Пятница</b>											
	<b>Завтрак</b>											
ТТК 499	Котлета куриная	90	14,6	7,9	156	8	20	91	0,9	0,1	0,5	0,03

304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	185	1	19	62	0,5	0,0	0,0	0,03
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,06
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>20,1</b>	<b>15,1</b>	<b>82,5</b>	<b>550</b>	<b>30</b>	<b>49</b>	<b>171</b>	<b>3,8</b>	<b>0,1</b>	<b>19,1</b>	<b>0,1</b>
	Обед												
101	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами, зеленью	265	4,6	5,7	17,2	139	16	22	71	0,9	0,3	8,5	0,00
ТТК 64	Чевапчичи в томатном соусе	100/50	18,5	16,9	10,5	267	177	194	116	1,5	0,1	5,5	0,00
309	Вермишель отварная	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,8	0,1	0,0	0,02
377	Чай с лимоном	200/5	0,2	0,1	10,2	42	7	5	9	0,9	0,0	2,1	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	20/20	2,8	0,7	18,6	90	14	0	0	0,8	0,1	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>31,5</b>	<b>28,3</b>	<b>84,4</b>	<b>716</b>	<b>220</b>	<b>229</b>	<b>231</b>	<b>4,8</b>	<b>0,5</b>	<b>16,1</b>	<b>0,02</b>
	Полдник												
	Молоко витаминизированное	200	6,0	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17,0	0,18
421	Сдоба обыкновенная	50	4,1	3,3	29,9	165	8	6	37	0,5	0,1	0,0	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>10,1</b>	<b>9,7</b>	<b>39,3</b>	<b>285</b>	<b>248</b>	<b>34</b>	<b>217</b>	<b>0,7</b>	<b>0,4</b>	<b>17,0</b>	<b>0,2</b>
	<b>Итого:</b>		<b>61,7</b>	<b>53,1</b>	<b>206,2</b>	<b>1551</b>	<b>498</b>	<b>312</b>	<b>619</b>	<b>9,4</b>	<b>1,0</b>	<b>52,2</b>	<b>0,26</b>
	<b>Итого по меню:</b>		<b>535,4</b>	<b>532,0</b>	<b>2158,2</b>	<b>15676</b>	<b>5208</b>	<b>1965</b>	<b>6524</b>	<b>107,5</b>	<b>10,4</b>	<b>365,2</b>	<b>11,6</b>
	среднее за день		53,5	53,2	215,8	1568	521	196	652	10,8	1,0	36,5	1,2

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова