

Согласовано:
 Директор МБОУ №76 "ШБ"



День: понедельник
 Неделя: первая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"



Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг				
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
ТТК15/15/22	Сыр порционно	10	2,63	2,66	0,00	34,30	0,07	0,00	0,04	21,00	100,00	5,50	0,07	60,00	0,00	1,46				
ТТК173/15/22	Каша пшеничная молочная	200/10	8,64	11,06	44,32	315,00	0,96	0,13	0,16	52,30	146,77	44,33	2,34	211,20	7,96	1,77				
ТТК294П/15/23	Котлеты "Петушок"	55	9,69	7,79	9,80	139,15	1,65	0,09	0,06	27,74	15,24	29,25	1,20	96,62	0,49	1,48				
ТТК376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00				
ТТК1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	510	22,53	22,05	79,24	594,45	2,71	0,24	0,27	101,04	276,91	83,08	4,13	383,62	8,45	4,71				
	ОБЕД																			
ТТК45/15	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24	10,26	0,02	3,00	206,80	14,98	9,05	0,28	22,60	1,86	0,14				
ТТК102/15	Суп картофельный с бобовыми и мясом	250/12,5	10,65	8,63	16,54	199,05	5,83	0,24	0,09	0,00	48,68	41,78	2,35	111,10	1,83	2,18				
ТТК203/15/22	Макаронны отварные	150	4,60	3,90	24,60	189,00	0,00	0,06	0,02	0,00	1,51	7,00	3,21	38,50	0,80	0,00				
ТТК294П/15/23	Котлеты "Петушок"	90	15,85	12,75	16,03	227,70	2,70	0,14	0,09	45,40	24,94	47,87	1,97	158,10	0,80	2,42				
ТТК348/15	Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,80	0,60	0,02	0,03	0,00	32,32	17,56	0,48	21,90	0,00	0,00				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	802,5	35,51	27,67	107,54	860,19	19,39	0,58	3,29	252,20	151,03	135,46	9,59	396,40	6,41	10,50				

Согласовано:
Директор МБОУ №76 "ШБ"



Handwritten signature

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"



Handwritten signature
В.С.Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"

День: вторник
Неделя: первая
Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ реч	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг				
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
ТТК210/15/23	Омлет натуральный	70	5,50	10,50	1,70	128,10	0,12	0,04	0,22	122,63	47,10	7,41	1,03	114,04	10,99	0,63				
ТТК173/15/22	Каша пшеничная молочная	200/15	9,00	11,33	46,38	294,00	1,00	0,15	0,20	55,35	153,16	46,42	2,44	184,85	13,81	2,80				
ТТК378/15	Чай с молоком и сахаром	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	1,33	0,04	0,16	10,00	126,60	15,40	0,41	92,80	2,10	0,23				
ТТК1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	520	17,52	23,70	74,10	549,10	2,45	0,25	0,59	187,98	330,66	71,83	4,12	404,69	26,90	3,66				
	ОБЕД																			
ТТК47/15/22	Салат из квашеной капусты с яйцом	50/10	2,28	3,66	23,38	61,44	5,91	0,01	0,05	22,69	27,73	8,85	0,58	34,92	1,64	2,93				
ТТК109/04	Суп Пшутты шыл с окорочком	250/12,5	10,89	6,76	16,99	184,15	12,00	0,10	0,08	33,43	43,99	38,20	2,01	136,20	4,46	0,27				
ТТК303/15	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	146,00	0,00	0,12	0,06	0,00	8,45	72,03	2,42	108,87	0,00	0,09				
ТТК401/96	Гуляш из свинины	50/50	15,51	11,10	3,50	202,40	0,90	0,28	0,09	0,00	16,00	14,00	0,90	128,62	2,28	0,13				
ТТК349/15/24	Компот из сухофруктов	200	0,90	0,10	34,00	131,80	1,82	0,01	0,04	35,20	29,62	20,08	0,85	39,40	0,00	0,00				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	812,5	37,00	27,03	117,25	819,19	20,63	0,62	0,38	91,32	154,39	165,36	8,06	492,21	9,50	9,18				

Согласовано:
 Директор МБОУ №76 "ШБ"



В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"

Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"



В.С. Чуричков

В.С. Чуричков

День: среда
 Неделя: первая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ реч	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг				
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
ТТК223/15/22	Запеканка из творога с повидлом	100/15	17,64	12,08	26,75	284,30	0,35	0,06	0,23	88,70	150,60	24,63	1,03	171,75	9,34	21,78				
ТК303/15	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	146,00	0,00	0,12	0,06	0,00	8,45	72,03	2,42	108,87	0,00	0,09				
ТК377/15	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83	0,01	0,02	2,00	14,20	2,40	0,36	17,20	0,00	0,00				
ТТК1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	507	23,85	17,63	72,59	538,30	3,18	0,21	0,32	90,70	177,05	101,66	4,05	310,82	9,34	21,87				
	ОБЕД																			
ТТК08/08/22	Салат "Сказка"	75	0,64	10,00	17,42	164,51	3,38	0,04	0,02	683,60	21,92	16,88	1,10	27,00	0,69	0,14				
ТТК113/15/22	Суп лапша домашняя с окорочком	250/12,5	9,85	8,32	11,67	170,20	0,50	0,06	0,06	19,63	36,59	16,28	1,21	59,18	2,00	1,00				
ТК312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	0,14	0,11	0,00	36,98	27,75	1,01	86,60	8,55	0,45				
ТТК239/15/22	Тефтели рыбные соусом томатным	60/30	9,39	10,72	7,62	160,82	0,05	0,16	0,10	31,00	3,03	7,24	3,79	123,60	26,96	0,06				
ТТК344/15/24	Компот из слив	200	0,40	0,20	28,60	118,60	3,96	0,02	0,02	6,80	14,76	4,92	0,27	8,00	1,58	0,00				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	817,5	26,18	34,44	104,61	844,78	26,05	0,52	0,37	741,03	141,88	85,27	8,68	348,58	40,90	7,41				

Согласовано:
 Директор МБОУ №76 "ШБ"



Р.Т. Шамшур

День: четверг
 Неделя: первая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"

Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"



В.С. Чуричков

№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг				
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
ТТК175/15/22	Каша "Дружба" на молоке (рис+пшено)	200/5	5,93	9,50	33,33	202,00	0,97	0,01	0,11	13,70	124,29	34,68	0,79	153,87	16,57	8,61				
ТТК268К/15/23	Шницель "Новинка"	75	10,72	14,99	12,50	227,50	0,86	0,08	0,14	16,00	18,03	21,93	2,00	111,75	1,58	7,85				
ТТК382/15	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,19	24,40	152,22	21,34	0,48	124,56	13,00	2,80				
ТТК1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	500	22,23	28,55	73,53	594,10	3,42	0,17	0,45	54,10	298,34	80,55	3,51	403,18	31,15	19,26				
	ОБЕД																			
ТК52/15	Салат из свежлы отварной	70	0,99	4,21	5,78	64,96	4,66	0,02	0,04	1,75	24,82	14,49	0,92	36,67	6,03	0,00				
ТК88/15	Пи из свежей капусты с картоф., мясом	250/12,5	6,93	8,31	7,90	140,55	15,78	0,07	0,07	0,00	55,25	28,33	1,13	72,00	2,93	0,36				
ТТК199/15/23	Гороховое пюре	150	13,16	5,00	33,83	231,65	0,00	0,41	0,08	9,00	91,03	59,64	4,53	103,50	0,00	0,00				
ТТК268К/15/23	Шницель "Новинка"	90	12,86	17,99	15,00	273,00	1,03	0,09	0,16	19,20	21,64	26,32	2,39	134,10	1,89	9,42				
ТТК9/22	Напиток из сока(нектара)(100/100)	200	0,00	0,00	21,98	87,92	0,40	0,04	0,03	15,40	94,00	4,30	0,03	13,80	1,44	0,00				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	812,5	36,78	35,91	103,35	891,48	21,87	0,73	0,44	45,35	315,34	145,28	10,30	404,27	13,41	15,54				

Согласовано:
 Директор МБОУ №76 "ШБ"

В.С. Чуричков



День: пятница
 Неделя: первая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"

Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков
 В.С. Чуричков



№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	Р	І, мкг	Se, мкг				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
	ЗАВТРАК																			
ТТК19/04УНК/2	Салат "Новинка"	60/10	2,36	3,88	5,89	70,01	20,58	0,04	0,09	82,85	30,63	10,25	0,80	73,80	6,02	8,93				
ТТК204/15/22	Макаронь отварные с сыром	150/5	5,92	5,23	24,60	206,15	0,04	0,06	0,04	11,90	51,51	9,75	3,25	68,50	0,80	0,73				
ТТК271С/15/22	Котлета мясная домашняя	60	9,62	10,57	5,72	152,98	0,08	0,13	0,08	2,27	10,21	12,50	1,24	96,40	1,02	10,79				
ТТК156/08/22	Напиток из лимонов	200	0,10	0,00	24,20	93,00	2,92	0,01	0,00	0,40	9,28	2,88	0,08	4,00	0,02	0,07				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	505	19,52	19,86	69,79	574,34	23,62	0,32	0,26	97,42	126,63	43,58	6,09	268,50	7,86	26,28				
	ОБЕД																			
ТТК19/04УНК/2	Салат "Новинка"	60/10	2,36	3,88	5,89	70,01	20,58	0,04	0,09	82,85	30,63	10,25	0,80	73,80	6,02	8,93				
ТТК82/15	Борщ со св.капустой, картоф. и окорочком	250/12,5	9,08	7,70	10,98	158,20	10,68	0,06	0,07	7,13	57,77	31,73	1,79	75,28	6,18	1,03				
ТТК304/15/22	Рис отварной	150	0,06	6,56	30,50	193,15	0,00	0,03	0,02	15,50	1,92	6,66	3,06	72,30	0,68	7,26				
ТТК271С/15/22	Котлета мясная домашняя	90	14,37	16,34	8,59	233,52	0,13	0,19	0,12	3,40	15,32	18,76	1,85	144,60	1,53	16,19				
ТТК342/15	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,90	0,01	0,01	0,00	14,18	5,14	0,95	4,40	0,24	0,04				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	812,5	28,87	35,04	102,70	862,88	32,29	0,43	0,37	108,88	148,42	84,74	9,75	414,58	15,77	39,21				

Согласовано:
 Директор МБОУ №76 "ШБ"



День: понедельник
 Неделя: вторая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"

Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"



В.С. Чуричков

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг										Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг							
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17							
ТТК173/15/22	Каша пшеничная молочная	200/15	8,69	11,32	44,37	348,00	0,96	0,13	0,17	53,55	157,96	44,45	2,35	212,50	7,96	1,77							
ТТК294/15/22	Котлеты рубленые из филе куриного	50	8,89	10,68	10,36	173,00	0,49	0,03	0,04	37,89	37,70	13,77	0,91	76,59	0,90	1,31							
ТТК376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00							
ТТК1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	500	19,15	22,54	79,85	627,00	1,48	0,18	0,22	91,44	210,56	62,22	3,78	304,89	8,86	3,08							
	ОБЕД																						
ТТК62/15	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,05	6,89	49,02	2,02	0,03	0,03	1016,96	15,46	21,63	0,40	28,00	2,54	0,05							
ТТК99/15	Суп из овощей с мясом	250/10	5,72	7,68	9,15	135,89	10,38	0,08	0,07	0,00	39,65	25,71	1,02	67,88	4,46	0,23							
ТТК303/15	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	146,00	0,00	0,12	0,06	0,00	8,45	72,03	2,42	108,87	0,00	0,09							
ТТК295Ш/15/22	Котлеты рубленые из окорочков	90	28,73	19,07	13,86	339,27	0,00	0,14	0,09	45,40	37,20	34,54	3,90	158,10	0,80	2,42							
ТТК349/15/24	Компот из сухофруктов	200	0,90	0,10	34,00	131,80	1,82	0,01	0,04	35,20	29,62	20,08	0,85	39,40	0,00	0,00							
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76							
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	800	43,51	32,31	103,28	895,38	14,22	0,48	0,35	1097,56	158,98	186,19	9,89	446,45	8,92	8,55							

Согласовано:
 Директор МБОУ №76 "ШБ"



День: вторник
 Неделя: втора
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"



Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Мг	Fe	Р	І, мкг	Se, мкг				
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
ТТК174/15/22	Каша рисовая молочная	200/10	5,90	7,20	52,83	268,00	0,96	0,06	0,14	52,31	129,77	36,42	0,51	155,54	18,94	9,83				
ТТК268С/15/22	Шницель	60	8,99	8,95	7,85	149,93	0,00	0,16	0,08	0,00	5,82	18,79	1,39	77,06	3,50	0,00				
ТТК378/15	Чай с молоком и сахаром	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	1,33	0,04	0,16	10,00	126,60	15,40	0,41	92,80	2,10	0,23				
ТТК1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ ОБЕД	505	17,91	18,02	86,70	544,93	2,29	0,28	0,39	62,31	265,99	73,21	2,55	338,40	24,54	10,06				
ТТК47/15/22	Салат из квашеной капусты	60	1,08	3,04	27,97	54,55	7,09	0,00	0,05	27,20	26,80	9,24	0,39	41,90	1,97	3,51				
ТТК96/15	Рассольник Ленинградский с окорочком	250/12,5	9,30	7,87	12,03	161,70	8,38	0,10	0,08	7,13	37,19	29,78	1,49	77,41	2,89	4,70				
ТТК203/15/22	Макаронны отварные	150	4,60	3,90	24,60	189,00	0,00	0,06	0,02	0,00	1,51	7,00	3,21	38,50	0,80	0,00				
ТТК278С/15/22	Тертлеги мясные в соусе	60/30	5,83	10,20	6,72	136,07	0,06	0,13	0,07	25,50	23,24	23,40	0,83	85,90	4,55	1,48				
ТТК635/04/24	Компот из малины	200	0,20	0,00	16,40	87,80	4,48	0,00	0,01	6,00	15,14	5,62	0,26	6,60	0,00	0,00				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	802,5	23,85	25,41	106,58	722,52	20,01	0,39	0,29	65,83	132,48	87,24	7,48	294,51	11,33	15,45				

Согласовано:
 Директор МБОУ №76 "ШБ" *Ирина Николаевна*



МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"



Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков
 В.С. Чуричков

День: среда
 Неделя: вторая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ респ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Мг	Fe	Р	І, мкг	Se, мкг				
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
ТТК222/15/22	Пудинг творожно-манный со стущ.молоком	75/15	9,45	7,01	19,21	177,67	0,19	0,06	0,26	229,47	104,62	17,13	0,63	167,11	15,83	0,67				
ТТК173/15/22	Каша геркулесовая молочная (овс.хлопья)	200/5	8,24	9,42	37,61	270,00	0,96	0,18	0,15	51,87	150,22	70,76	1,72	232,13	18,83	1,87				
ТТК377/15	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83	0,01	0,02	2,00	14,20	2,40	0,36	17,20	0,00	0,00				
ТТК1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	537	19,32	16,97	82,14	555,67	3,98	0,27	0,44	283,34	272,84	92,89	2,95	429,44	34,66	2,54				
	ОБЕД																			
ТТК37/22	Салат из крабовых палочек с кукурузой	60	2,70	9,30	7,44	125,40	11,47	0,02	0,07	35,30	29,82	17,53	0,65	40,60	2,83	5,45				
ТК103/15	Суп картофельный с макар.издел., окорочком	250/10	8,51	5,06	17,50	161,81	8,25	0,12	0,08	5,70	35,63	31,76	1,58	84,12	2,17	0,17				
ТК312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	0,14	0,11	0,00	36,98	27,75	1,01	86,60	8,55	0,45				
ТТК324/96/22	Котлеты рыбные из минтая	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,59	0,08	0,13	29,80	64,69	37,35	1,31	143,80	34,94	10,24				
ТТК344/15/22	Напиток "Здоровье"	200	0,10	0,10	23,30	91,00	6,87	0,01	0,01	1,30	35,84	24,84	0,64	3,60	24,48	0,07				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	800	28,84	27,04	101,80	779,86	45,34	0,47	0,46	72,10	231,56	151,43	6,49	402,92	74,09	22,14				



Согласовано: _____
 Директор МБОУ №76 "ШБ" _____

Утверждено:
 Директор ООО "Школьник" _____

В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"

День: четверг
 Неделя: вторая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг				
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
ТТК 210/15/23	Омлет натуральный	80	6,29	12,00	1,94	146,40	0,14	0,05	0,26	140,14	53,82	8,46	1,18	130,40	12,56	0,72				
ТТК174/15/22	Каша ячневая молочная	200/5	7,26	10,71	39,15	253,00	0,96	0,11	0,09	24,23	161,44	36,44	0,93	220,22	4,20	0,47				
ТТК382/15	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,19	24,40	152,22	21,34	0,48	124,56	13,00	2,80				
ТТК1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	505	19,13	26,77	68,79	564,00	2,69	0,24	0,55	188,77	371,28	68,84	2,83	488,18	29,76	3,99				
	ОБЕД																			
ТТК51/22	Салат картоф. с консервированным огурцом	80	0,96	10,72	6,32	126,40	1,06	0,05	0,02	0,61	7,38	10,02	9,40	15,98	1,60	0,06				
ТТК88/15	Щи из свежей капусты с картоф., с окорочком	250/12,5	9,05	7,73	7,95	144,20	15,78	0,07	0,07	7,13	57,29	27,73	1,39	69,68	2,93	0,36				
ТТК305/15	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	0,00	0,02	0,02	0,00	2,42	19,01	0,51	60,60	3,15	0,00				
ТТК268С/15/22	Шницель	90	13,49	13,42	11,77	224,79	0,00	0,23	0,12	0,00	8,72	28,20	2,08	115,60	5,25	0,00				
ТТК388/15	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,27	20,76	88,20	100,00	0,00	0,10	0,00	21,34	3,44	0,63	2,00	0,00	0,00				
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76				
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	822,5	30,66	36,84	102,33	876,94	116,84	0,47	0,39	7,74	125,75	100,60	15,31	308,06	14,05	6,18				

Согласовано:
 Директор МБОУ №76 "ШБ"



В.С. Чуричков

В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ №76 "ШБ"



Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"

День: пятница
 Неделя: вторая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг										Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17							
	ЗАВТРАК																						
ТТК37/15/22	Салат "Деревенский"	65	0,89	5,15	5,56	72,04	4,67	0,03	0,02	0,49	16,07	12,64	0,46	12,98	1,30	0,05							
ТТК203/15/22	Макаронны отварные	150	4,60	3,90	24,60	189,00	0,00	0,06	0,02	0,00	1,51	7,00	3,21	38,50	0,80	0,00							
ТТК268К/15/23	Шницель "Новинка"	70	10,00	13,99	11,67	212,33	0,80	0,07	0,12	14,93	16,83	20,47	1,86	104,30	1,47	7,33							
ТК379/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	1,30	0,04	0,16	20,00	125,78	14,00	0,13	90,00	0,00	0,00							
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76							
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	505	20,18	25,90	67,16	626,17	6,77	0,28	0,37	35,42	185,19	62,31	6,38	271,58	3,57	13,14							
	ОБЕД																						
ТТК24/15/22	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,57	3,64	1,83	42,36	4,95	0,03	0,02	50,20	11,40	9,63	0,44	18,80	1,37	0,22							
ТТК157/04/22	Суп Солянка сборная мясная	250	9,36	8,70	35,40	279,00	4,16	0,08	0,17	23,80	35,94	92,50	3,31	91,80	1,20	2,15							
ТТК199/15/22	Гороховое пюре	150	13,16	5,00	33,83	231,65	0,00	0,41	0,08	9,00	91,03	59,64	4,53	103,50	0,00	0,00							
ТТК269К/15/23	Биточки по-молдавски в белом соусе	55/50	7,46	11,20	7,87	164,57	0,98	0,14	0,08	12,00	16,91	13,43	1,44	139,90	3,49	6,89							
ТТК156/08/22	Напиток из лимонов	200	0,10	0,00	24,20	93,00	2,92	0,01	0,00	0,40	9,28	2,88	0,08	4,00	0,02	0,07							
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76							
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	805	33,49	28,94	121,99	903,98	13,01	0,77	0,41	95,40	193,16	190,28	11,10	402,20	7,20	15,09							