

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО «Севр. Ц.К.П.»
И.И. Мезенко 21.5.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО «Севр. Ц.К.П.»

И.И. Мезенко



10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Печенье	30	1,38	6,33	12,42		89,63	пром
Неделя 1	Тестоги "Домашние" (телятина, свинина, рис, соль йодированная) / соус томатный	100	11,22	7,7	6		125,2	ТТК № 282/ ТК № 32 (587/2004)
День 1	Макаронные изделия отварные, с сыром (макаронные изделия, сыр мяг 45%, масло сливочное), огурец консервированный (на лимонном соке)	200	7,5	8,73	46,58		302,24	ТТК № 202/ТК № 127 (5/1/2015)
	Чай зеленый с лимоном	205	0,3	0	15,2		60	ТК № 2(686/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6		103,5	пром
	Итого за завтрак:	565	22,77	23	95,8		680,57	
ОБЕД	Яблочки	180	0	0	17,64		70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	250	5,8	6,8	9,75		127,4	ТК № 69 (139/2004)
День 1	Азу (картофель, свинина, лук репчатый, масло растит, томатная паста, огурец консервир, чеснок)	220	18,8	24,65	44,35		424,8	ТК № 399 (596/2013)
	Напиток "Витюшка" (4)	200	0,2	0,1	25		102	ТТК № 24
	Хлеб ржаной (2)	40	3,68	0,6	17,28		91,4	пром
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8		138	пром
	Итого за обед:	930	31,64	32,47	134,82		954,1	
	Итого за День	1495	54,41	55,47	230,62		1634,67	
	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 С; В1; В2; В6; В12; РР; А; Е; D3, пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; КЕ.

Меню приготовляемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Яблоко	180	0	0	17,64		70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Запеканка творожная "Зебра" (творог 9%, яйцо, молоко, какао "Витолка") (4), ступенное молоко	180	20,03	23,52	44,4		434,6	ТТК № 258/ТТК 51
День 2	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	13,7		53	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8		138	пром
	Итого за завтрак:	600	23,39	23,84	96,54		696,1	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем, сметана (млж 15%)	255	2,92	6,7	20,2		163,57	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81
Неделя 1	Суп/ле из горбуши с овощами и рисом (филе горбуши, цветная капуста, рис, яйца, молоко, сыр, яйцо)/супе молочный	100	14,8	15,27	11,54		169,1	ТТК № 178 / ТК № 37 (1/11/2015)
День 2	Пюре картофельное (картофель, молоко млж 2,5%, масло сливочное 72,5%/кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	180	7,6	9,44	45,3		323,8	ТК № 187 (520/2004)/ТК № 271 (46/3/2015)
	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
	Итого за обед:	805	31,57	32,35	134,92		953,37	
	Итого за День	1405	54,96	56,19	231,46		1649,47	
	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
- В рецептуре блюда витаминизированное какао, обогащенное витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0		45	ТК № 89 (97/2004)
	Зразы из пышленки-бройлера с луком и яйцом /соус томатный	110	8,9	8,8	17,36		127,36	ТТК № 612/ТК № 32 (587/2004)
Неделя 1	Каша гречневая расщипчатая с овощами (греча, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	180	4,6	7,92	42,44		264,72	ТК № 249 (44/3/2015)
День, 3	Какое витаминизированное (какао "Витлошка", молоко, сахар) (4)	210	3,9	3,1	15,2		105	ТТК № 10
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8		138	пром
	Итого за завтрак:	555	24,46	24,19	95,8		680,08	
ОБЕД	Суп-пюре из картофеля и кабачков, гренки	270	5	10,43	21,35		195,3	ТТК № 95/ТК № 77(551/2004)
Неделя 1	Фрикасе из курицы (филе куриной грудки, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное)	100	13,2	12,6	19,6		150,4	ТТК № 318
День, 3	Рис отварной расщипчатый /овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	180	7,92	8,64	46,44		365,8	ТК № 214 (511/2004) / ТТК № 233
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41		61	ТТК № 5
	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
	Итого за обед:	820	32,27	32,61	135,68		967,4	
Итого за День		1375	56,73	56,8	231,48		1647,48	
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, Е, Д3; С, В1, В2, В6; В12; К1

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Паста шоколадная для бутербродов (масло сливочное, молоко ступшенное, какао витаминизированное)(5)	20	0,48	7,72	3		75,5	№ 157 (1/3/2015)
Неделя 1	Каша молочная "Пять злаков" (молоко 2,5%, хлопья "5 злаков", масло сливочное, сахар, соль йодированная) / масло сливочное	270	11,9	11,5	44,2		273,58	ТТК № 177/ТТК № 49
День 4	Коктейль молочный (4)	200	5,4	4,2	18		131,4	
	Хлеб пшеничный (1)	60	4,74	0,48	31,21		207	пром
	Итого за завтрак:	550	22,52	23,9	96,41		687,48	пром
ОБЕД	Куриный суп с рисом и картофелем (картофель, филе куриное, рис, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	250	8,63	9,3	26,76		190,4	ТК № 68 (138/2004)
Неделя 1	Шницель (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный) / соус сметанный с томатом	100	9,6	13	6,3		152	ТК № 393 (608/2013) / ТК № 40 (601/2004 г)
День 4	Булгур / цветная капуста припущенная	180	7,34	9,5	40,32		353,8	ТТК № 274 /ТТК № 279
	Кисель (6)	200	0,3	0	28,2		67	ТТК № 15
	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
	Итого за обед:	800	31,92	32,64	134,46		958,1	пром
Итого за День		1350	54,44	56,54	230,87		1645,58	
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
- В рецептуре блюда витаминизированное какао, обогащенное витаминами А, Е, Д3; С, В1; В2, В6, В12, К1
- 6
- Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А, В1, В2, В5; С

Меню приготовляемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОБЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Котлета из рыбы "Нежная" (минтай филе, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное)Пюре картофельное (овощи припущенные (смесь овощей))	270	12,6	16,8	40,85		329,33	ТТК № 273/ТК № 187(520/2004)/ТТК № 233
Неделя 1	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	210	4,1	3,3	18,6		108,7	ТТК № 16
День 5	Вафли	25	1,46	1,91	9,8		62	пром
	Хлеб пшеничный (1)	50	3,95	0,4	26		172,5	пром
	Итого за завтрак:	555	22,11	22,41	95,25		672,53	
ОБЕД	Салат из свежей капусты (капуста белокочанная, масло растительное)	100	0,8	8,9	2,6		96	ТТК № 109
Неделя 1	Рассолник. Ленинградский, сметана (млж 15%)	255	6,9	7,1	16,3		150,9	ТК № 63(132/2004)/ТТК № 81
День 5	Гуляш (свинина, томатн паста, лук репч, масло сливочн)	100	13,03	10,3	7,1		153,3	ТК № 429 (437/2004)
	Отварные макаронные изделия	180	4,7	8,16	51,84		263	ТК № 188 (516/2004)
	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
	Итого за обед:	905	31,68	35,4	135,72		960,1	
	Итого за День	1460	53,79	57,81	230,97		1632,63	
	Соотношение Б:Ж:У 1:1:4							

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

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 063 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (порционными)	15	3,9	4,05	0		45	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 2	Тертые "Домашние" (телятина, свинина, рис, соль йодированная) / соус томатный	100	10,1	6,9	5,4		112,7	ТК № 282/ ТК № 32 (587/2004)
День 6	Капша гречневая расстегнутая с овощами (греча, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	180	4,6	9,92	49,44		324,72	ТК № 249 (44/3/2015)
	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон)	215	0,3	0	15,2		60	ТК № 2(686/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	25,8		138	пром
	Итого за завтрак:	550	22,06	21,19	95,84		680,42	
ОБЕД	Уха (горбуша консервированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное)	275	7,25	6,8	9,75		154,87	ТК № 78
Неделя 2	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное масло) / огурцы консервированные (на лимонном соке)	230	18,17	21,62	60,15		479,32	ТК № 428 (590/2013)/ТК № 127 (5/1/2015)
День 6	Конфета	20	0,3	2,8	5,6		19,3	пром
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24		91	пром
	Хлеб ржаной (2)	45	4,14	0,7	19,44		102,83	пром
	Хлеб пшеничный (1)	30	2,37	0,24	15,6		103,5	пром
	Итого за обед:	800	32,23	32,16	134,54		950,82	
Итого за День		1350	54,29	53,35	230,38		1631,24	
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 всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Прием 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	Запеканка творожная с клубникой (творог 9%, клубника, яйцо, сметана, сахар), ступенное молоко	180	19,64	23,4	44,53		423,68	ТТК № 248/ТТК 51
День 7	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	13,7		53	ТТК № 1 (685/2004)
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8		138	пром
	Итого за завтрак:	600	23	23,72	96,67		685,18	
ОБЕД	Куриный суп с макаронами (макаронные изделия, картофель, филе куриное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шинат)	250	8,63	9,34	21,75		177,9	ТТК № 70 (147/2004)
Неделя 2	Биточки рыбные "Новые" (филе минтая, яйца куриные, лук репчатый, сметана, сыр, масло сливочное) /соус молочный с морковью и шинатом	100	11,7	13,17	20,6		169,2	ТТК № 173/ТТК № 33
День 7	Пюре картофельное (картофель, молоко млж 2,5%, масло сливочное 72,3%/кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	180	5,4	9,12	44,93		354,36	ТТК № 187 (520/2004)/ТТК № 271 (46/3/2015)
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41		61	ТТК № 5
	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
	Итого за обед:	800	31,88	32,57	135,57		957,36	
	Итого за день	1400	54,88	56,29	232,24		1642,54	
	Соотношение Б:Ж:У 1:1:4							

- 1
- Булка Сухоломская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР, фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2
- Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, 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: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (порционными)	15	3,9	4,05	0		45	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 2	Гематоген (стуженное молоко, альбумин) (5)	25	1,5	0,9	18,9		87,5	пром
	Каша молочная "Дружба" с карамелизованным яблоком (рис, пшено, яблоко свежее, сахар, масло сливочное, молоко 2,5%) / масло сливочное	270	10,33	15	41		299,18	ТТК № 206
День 8	Какао витаминизированное (какао "Витоника", молоко, сахар) (4)	200	3,9	3,1	15,2		105	ТТК № 10
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,16	0,32	20,8		138	пром
	Итого за завтрак:	550	22,79	23,37	95,9		674,68	
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом и чесноком	100	1,4	6,9	8,1		102,6	ТК № 120 (28/1/2015)
Неделя 2	Суп из овощей (картофель, капуста белокоч, морковь, лук репч, томаты, горошек зеленый), сметана (млж 15%)	255	5,5	7	7,7		139	ТК № 66(135/2004)/ТТК № 81
День 8	Крокеты из куриного филе и цветной капусты (куриное филе, цветная капуста, рис, яйца, масло растительное) соус молочный	100	12,9	9,8	20,3		160,4	ТТК № 310 / ТК № 37 (1/11/2015)
	Макаронные изделия отварные, с сыром (макаронные изделия, сыр млж 45%, масло сливочное)	180	6,14	7,7	42,48		266,36	ТТК № 202
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24		91	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
	Итого за обед:	905	31,99	32,24	135,46		954,26	
	Итого за День	1455	54,78	55,61	231,36		1628,94	
	Соотношение Б:Ж:У 1,1:1:4							

- 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; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1
- 5
- Продукт промышленного производства, обогащенный Fe

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Присем пищи ЗАВТРАК	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Неделя 2	Жаркое по-домашнему (картофель, филе куриное, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	40	5,1	4,6	0,28		63	ТК № 262 (1/6/2015)
День 9	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	230	8,23	12,8	41,6		277,2	ТК № 428 (590/2013)
	Вафли	210	4,1	3,3	18,6		108,7	ТК № 16
	Хлеб пшеничный (1)	25	1,46	1,91	9,8		62	пром.
	Итого за завтрак:	50	3,95	0,4	26		172,5	пром.
	Яблоки	555	22,84	23,01	96,28		683,4	
	Борщ Сибирский (свежая картошка, капуста белокочанная, фасоль консервированная, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста), сметана	180	0	0	17,64		70,5	ТК № 161
ОБЕД	Тефтели (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный, соль йодированная) соус сметанный с томатом	255	5,2	5,62	5,6		120,3	ТК № 54(111/2004)/ТК № 81
Неделя 2	Каша рассыпчатая гречневая /овощи припущенные (перец сладкий, горошек, морковь, фасоль стручковая, кукуруза)	100	12,6	14,9	4,1		146,2	ТК № 308 (618/2013)/ТК № 40 (601/2004 г)
День 9	Кисель (4)	180	7,44	11,04	46,24		355,84	ТК № 189(297/2004)/ТК № 233
	Хлеб ржаной (2)	200	0,3	0	28,2		67	ТК № 15
	Хлеб пшеничный (1)	40	3,68	0,6	17,28		91,4	пром.
	Итого за обед:	30	2,37	0,24	15,6		103,5	пром.
	Итого за день:	985	31,59	32,4	134,66		954,74	
	Соотношение Б:Ж:У 1:1:4	1540	54,43	55,41	230,94		1638,14	

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

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2025 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Котлеты рыбные (филе горбуши, хлеб пшеничный, масло растительное) /соус молочный с морковью и шиньятом	120	12,84	13,8	5,04		138,76	ТК 403 (388/2004)/ТТК № 33
Неделя 2	Рис припущенный с овощами (рис, морковь, лук репчатый, масло растит, масло сливочное)/кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное)	180	5,4	9,4	40,32		271,28	ТК № 191 (36/2003)/ТК № 271 (46/3/2015)
День 10	Напиток "Витошк" (4)	200	0,2	0,1	25		102	ТТК № 24
	Хлеб пшеничный (1)	50	3,95	0,4	26		172,5	пром
	Итого за завтрак:	550	22,39	23,7	96,36		684,54	
ОБЕД	Суп-пюре из цветной капусты, грибки	270	6,3	6,7	24		207,5	ТК № 76(168/2004)/ТК № 77(551/2004)
Неделя 2	Голубцы капустные/соус сметанный с томатом	100	12,4	16	13,2		164,8	ТТК № 285/ТК № 40 (601/2004)
День 10	Пюре картофельное (картофель, молоко млж 2,5%, масло сливочное 72,5%/кукуруза консервированная	180	6,6	9,12	52,3		337,2	ТК № 187 (520/2004)/ТТК № 259
	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	13,7		53	ТК № 1 (685/2004)
	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
	Итого за обед:	820	31,55	32,66	136,08		957,4	
Итого за День		1370	53,94	56,36	232,44		1641,94	
Соотношение Б:Ж:У 1:1:4								

- 1
- 2
- 3
- 4
- Блюда Сухоломская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР, Фолиевая кислота, железо; кальций)
- Для приготовления блюд используется йодированная соль.
- Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С, В1; В2; В6; В12; РР; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой, К1.