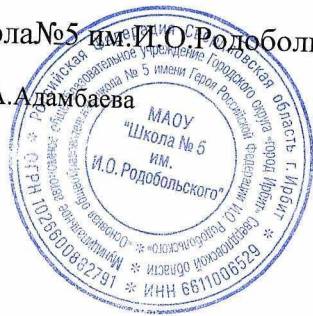


Согласовано:

Директор МАОУ «Школа №5 им. И.О. Родобольского»

Л.А. Адамбаева



Утверждаю:

Директор ООО «Комбинат питания»

Н.А. Ситнова

(Приказ № 42 от 01.10.25)



**Примерное четырнадцатидневное меню
для питания учащихся
МАОУ «Школа №5 им. И.О. Родобольского»
с 1 сентября 2025 г**

**Примерное двухнедельное (10 дней) меню
для питания учащихся МБОУ «Школа № 5»**

для питания учащихся МБОУ «Школа № 5»											
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г.	Пищевая ценность				Витамины, мг.				
			Белки	Жиры	Угледо ы	Энергет. Ценност ь, Ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	
1 Вариант											
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4											
Стр. 246,2004	Каша рисовая	200	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129, 51	
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,2 5	
№1, 2004	Бутерброд с маслом	40/10	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	
№ 337,2004	Яйцо вареное	1шт	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	
обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4											
№43,2004	Салат из свеж капусты	60	0,56	1,84	3,38	31,8	0,01	0,07	9,07	19,9 1	
№135,2004	Суп из разных овощей ,сметаной,	200/10	4,57	9,32	9,89	142,4	0,09	0,09	19,3 8	31,7 3	
№451,2004	Шницель мяс. с/с	90	9,88	28,75	7	432	0	0,02	0	13,0 9	
№516,2004	Макароны отварные	150	5,32	4,89	35,48	210	0,09	0,03	-	29,6 1	
№ 705,2004	Напиток из шиповника	200	0	0	23,95	91	0	0	0	0,48	
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11											
Стр. 246,2004	Каша рисовая	250	7,48	14,9	53,14	378,8	0,1	0,23	1,64	161, 89	
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,2 5	
№1, 2004	Бутерброд с маслом	40/10	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	
№337,2004	Яйцо вареное	1 шт	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	
обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11											
№43,2004	Салат из свежей капусты	100	0,94	3,06	5,64	53	0,02	0,02	15,1 2	33,1 8	
№135,2004	Суп из разных овощей ,сметаной,	250/10/	5,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,2 3	39,6 6	
№451,2004	Шницель мяс. с/с	100	25,92	25,78	32,36	464	0,08	0,18	4,86	66,5 4	
№516,2004	Макароны отварные	180	6,38	5,87	42,58	252,	0,11	0,04	0	35,5 3	
№ 705,2004	Напиток из шиповника	200	0	0	23,95	91	0	0	0	0,48	
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	

№638,2004	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№337,2004	Яйцо вареное	1шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1,0
Стр.246,2004	Каша пшениная	200	12,94	18,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250,21	0,2
№692,2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	121	0,1
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64	0,8
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,54	7,52	17,78	152	0,11	0,09	17,47	39,26	1,1
Таб 24,2004	Нарезка из св. помидоров	100	1,1	0,2	3,8	24	0,06	0,04	25	14	0,8
№494,2004	Цыпленок запеченный	100	13,82	20,74	4,66	256	0,06	0,13	0,05	35,05	1,8
№520, 2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,32	186	0,19	0,17	30,97	63,43	1,8
№638,2004	Компот из кураги	200	1,04	-	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	0,8
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,82	1,8
	5 вариант										
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№314,2004	Запеканка рисовая с/с	200	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129,51	0,8
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	149	0,04	0,15	1,3	120,4	0,8
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64	0,8
	Хлеб ржаной	30	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№135,2004	Суп овощной со сметаной	200/10	4,57	9,32	9,89	142,4	0,09	0,09	19,38	31,73	0,8
№ 16 2003	Салат из свеклы «Бурячок»	60	0,78	9,06	3,60	99,6	0,01	0,02	5,06	20,19	0,8
№49,2003	Зразы Верх-Исетские с/с	90	11,94	13,53	4,4	186,1	0,04	0,12	1,54	8,06	0,8
Стр246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,46	14,61	41,39	333	0,06	0,05	0	25,88	4
ТТК КНСП	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0	
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8

№110,2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,7 4	53,9 2
№461, 2004	Тефтели с/с	90	9,05	11,85	12,34	191	0,05	0,07	4,08	38,8 2
№512,2004	Рис припущенный	150	3,67	4,81	37,17	211	0,04	0,03	-	15,8 2
№701, 2004	Напиток из свежих фруктов (яблок)	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2,48
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11									
№340,2004	Омлет натуральный	118	11,57	18,88	2,08	223	0,07	0,44	0,38	85,2 4
2004	Морковь отварная с масл.растит	100	1,17	10,08	6,48	121	0,05	0,06	4,5	49,5 8
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
№2,2004	Бутерброд с джемом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64
	Хлеб ржаной	24	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11									
№110,2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,7 4	53,9 2
№461, 2004	Тефтели с/с	110	9,05	11,85	12,34	191	0,05	0,07	4,08	30,8 2
№512,2004	Рис припущенный	180	4,4	5,77	44,6	253,2	0,05	0,04	0	18,9 8
№701, 2004	Напиток из свежих фруктов (яблок)	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2,48
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2
	4 вариант									
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
№337,2004	Яйцо вареное	1шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1
Стр. 246, 2004	Каша пшеничная	200	12,94	18,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250. 21
№692,2004	Чай с/с с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,2 5
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4									
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	2,03	6,02	14,22	121,6	0,09	0,07	13,9 8	31,4 1
Таб 24,2004	Нарезка из св.помидоров	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	0,02	15	8,4
№494,2004	Цыпленок запеченный	90	11,06	16,59	3,73	204,8	0,05	0,1	0,04	28,0 4
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,24	5,6	21,93	155	0,16	0,14	25,8 1	52,8 6

№638,2004	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы									
№337,2004	Яйцо вареное	1шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1
Стр.246,2004	Каша пшениная	200	12,94	18,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250,21
№692,2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	121
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11									
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,54	7,52	17,78	152	0,11	0,09	17,47	39,26
Таб 24,2004	Нарезка из св. помидоров	100	1,1	0,2	3,8	24	0,06	0,04	25	14
№494,2004	Цыпленок запеченный	100	13,82	20,74	4,66	256	0,06	0,13	0,05	35,05
№520, 2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,32	186	0,19	0,17	30,97	63,43
№638,2004	Компот из кураги	200	1,04	-	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,82
	5 вариант									
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
№314,2004	Запеканка рисовая с/с	200	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129,51
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	149	0,04	0,15	1,3	120,4
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64
	Хлеб ржаной	30	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
№135,2004	Суп овощной со сметаной	200/10	4,57	9,32	9,89	142,4	0,09	0,09	19,38	31,73
№ 16 2003	Салат из свеклы «Бурячок»	60	0,78	9,06	3,60	99,6	0,01	0,02	5,06	20,19
№49,2003	Зразы Верх-Исетские с/с	90	11,94	13,53	4,4	186,1	0,04	0,12	1,54	8,06
Стр246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,46	14,61	41,39	333	0,06	0,05	0	25,88
ТТК КШСП	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5

	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы.										
№314,2004	Запеканка рисовая с/с	220	6,58	13,11	46,76	333,3	0,09	0,2	1,44	142,46	
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	149	0,04	0,15	1,3	120,4	
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64	
	Хлеб ржаной	40	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№135,2004	Суп овощной со сметаной	200/10	4,57	9,32	9,89	142,4	0,09	0,09	19,38	31,73	
№ 16 2003	Салат из свеклы «Бурячок»	100	1,3	15,1	6	166	0,02	0,03	8,4	33,65	
№49,2003	Зразы Верх-Исетские с/с	100	14,92	16,91	5,5	232,7	0,05	0,15	1,92	10,08	
Стр246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,15	17,53	49,67	399,6	0,07	0,06	0	31,06	
ТТК КШСП	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0	
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	
	6 вариант										
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями здоровья 1-4 классы										
Стр 246, сб2004	Каша ячневая с маслом	200/5	9,08	14,08	43,22	337	0,07	0,28	2,13	201,8	
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	
№3, 2004	Бутерброд с сыром	30/30	7,64	6,12	19,44	167	0,05	0,07	0,32	208	
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,32	19,44	95	0,04	0,01	0	8	
	обед учащиеся с ограниченными возможностями здоровья 1-4 класс										
Таб 24,2004	Нарезка из св.огурцов	60	0,48	0,06	1,56	8,4	0,02	0,02	6	13,8	
№140,2004	Суп картофельный с цыпленком макарон. изд.	200/30	4,43	4,94	16,75	131,2	0,11	0,06	13,2	20,42	
№534,2004	Капуста тушеная с мясом	200	13,06	29,2	17,43	491	0,07	0,11	99,22	108,7	
№638,2004	Компот из изюма	200	0,36	0	33,16	128	0,03	0,02	0	16,4	
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями здоровья 5-11 классы										
Стр 246, сб2004	Каша ячневая с маслом	250/10	11,35	17,6	54,03	421,3	0,09	0,33	2,66	252,25	
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	
		30/20	7,64	6,12	19,44	167	0,05	0,07	0,32	208	

	Хлеб ржаной	40	3,04	0,32	19,44	95	0,04	0,01	0	8
	обед учащиеся с ограниченными возможностями здоровья 5-11 класс									
Таб 24,2004	Нарезка из св. огурцов	100	0,8	0,1	2,6	14	0,04	0,04	10	23
№140,2004	Суп картофельный с цыпленком макарон. изд.	250/30	5,54	6,18	20,94	164	0,14	0,08	16,5	25,5 2
№534,2004	Капуста тушеная с мясом	200	13,06	29,2	17,43	491	0,07	0,11	99,2 2	108, 7
№638,2004	Компот из изюма	200	0,36	0	33,16	128	0,03	0,02	0	16,4
	Хлеб ржаной/пшеничный	25/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	7 вариант									
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
Стр.246,2004	Каша манная с/м	200/5	7,38	11,84	40,75	301	0,1	0,18	1,28	131, 96
№692,2004	Напиток кофейный с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120, 3
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64
	Хлеб ржаной	24	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
№17 2004	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3,05	1,6	37,2	0,02	0,01	3,33	13,9 7
№139,2004	Суп картофельный с горохом „сметаной	200/10	8,14	9,31	18,5	181,6	0,08	0,08	9,46	25,4 6
№388,2004	Котлета рыбная	90	20,03	13,39	14,38	257,4	0,02	0	0	3,91
№520,2004	Пюре картофельное	150	3,24	5,6	21,93	155	0,16	0,14	25,8 1	52,8 6
№631,2004	Компот из св.фруктов	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы									
Стр.246,2004	Капша манная с/м	250/10	9,23	14,8	50,94	376,3	0,13	0,22	1,6	164, 95
№692,2004	Напиток кофейный с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120, 3
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64
	Хлеб ржаной	24	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы									
№17 2004	Салат из соленых огурцов с луком	110	0,95	5,59	2,94	68,2	0,03	0,02	6,11	25,6 1
№139,2004	Суп картофельный с горохом „сметаной	250/20	10,18	11,64	23,13	227	0,1	0,1	11,8 3	31,8 3
№388,2004	Котлета рыбная	100	22,26	14,88	15,98	286	0,02	0	0	4,34
№520,2004	Пюре картофельное	200	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,4 1	70,4 8

		200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86
№631,2004	Компот из св. фруктов									
	Хлеб ржаной/пшеничный	40/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2
	8 вариант									
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 кл.									
№366 2004	Запеканка из творога с повидлом	100/50	15,8	22,6	23,73	360	0,07	0,33	0,67	198, 93
№685,2004	Чай с /с	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
2004	Булочка Дорожная	100	6,96	14,72	56,96	388	0,1	0,04	0	16,4 2
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4									
№17,2004	Салат из огурцов консервированных	60	0,52	3,05	1,6	37,2	0,02	0,01	3,33	13,9 7
№138,2004	Суп картофельный с рыбой с крупой	200	4,28	3,55	13,94	107,2	0,09	0,05	13,2	20,2 4
№496,2004	Котлета из курицы с/с	90	7,44	11,22	7,34	159,2	0,03	0,06	0,9	9,85
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,24	5,6	21,93	155	0,16	0,14	25,8 1	52,8 6
№705,2004	Напиток из шиповника	200	-	-	23,95	91	-	-	0,48	0,48
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11кл.									
№366,2004	Запеканка из творога с повидлом	120/50	18,96	27,12	28,48	432	0,08	0,4	0,8	238, 72
№630,1994	Чай с/с	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
2004	Булочка Дорожная	110	7,66	16,19	62,66	426,8	0,11	0,04	0	18,0 6
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,02	0,52	44,7	218,09	0,1	0,02	0	18,3 8
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11									
№17 2004	Салат из огурцов консервированных	100	0,86	5,08	2,67	62	0,03	0,02	5,55	23,2 8
№138,2004	Суп картофельный с рыбой с крупой	200	4,28	3,55	13,94	107,2	0,09	0,05	13,2	20,2 4
№496,2004	Котлета из курицы с/с	100	9,3	14,03	9,18	199	0,04	0,07	1,12	12,3 1
№520, 2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,32	186	0,19	0,17	30,9 7	63,4 3
№705,2004	Напиток из шиповника	200	-	-	23,95	91	-	-	0,48	0,48
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2
	9 вариант									
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 кл.									
№366 2004	Запеканка из творога с повидлом	100/50	15,8	22,6	23,73	360	0,07	0,33	0,67	198, 93
№685,2004	Чай с /с	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
2004	Булочка Дорожная	100	6,96	14,72	56,96	388	0,1	0,04	0	16,4 2
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4									
№17,2004	Салат из огурцов консервированных	60	0,52	3,05	1,6	37,2	0,02	0,01	3,33	13,9 7
№138,2004	Суп картофельный с рыбой с крупой	200	4,28	3,55	13,94	107,2	0,09	0,05	13,2	20,2

	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
стр 246,2004	Каша молочная пшённая	250	12,94	18,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250,21	
№ 685,2004	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	
№3,2004	Бутерброд с маслом	40/10	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
№ 110, 2004	Борщ из св. капусты со сметаной,	200/10	1,7	5,82	10,94	101,6	0,06	0,06	16,59	43,14	
Таб. 24 ,1996	Нарезка из помидоров	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	0,02	15	8,4	
№ 436,2004	Жаркое по-домашнему	250	19,27	18,43	31,41	374	0,27	0,26	41,87	26,76	
№ 636,2004	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,82	
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
стр 246,2004	Каша молочная пшеничная	250/10	12,94	18,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250,21	
№ 685,2004	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	
№ 1,2004	Бутерброд с маслом, сыром	40/20/40	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№ 110, 2004	Борщ из св. капусты со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,74	53,92	
Таб. 24 ,1996	Нарезка из помидоров	100	1,1	0,2	3,8	24	0,06	0,04	25	14	
№ 436,2004	Жаркое по-домашнему	250	19,27	18,43	31,41	374	0,27	0,26	41,87	26,76	
№ 636,2004	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	
	10 вариант										
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 кл										
Стр.246,2004	Каша ячневая	200	9,08	14,08	43,22	337	0,07	0,026	2,13	201,8	
№337,2004	Яйцо вареное	1 шт	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	-	23,1	
№692,2004	Напиток кофейный с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	
	Хлеб ржаной	24\45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
№131,2004	Рассольник по-домашнему со сметаной	200/10	1,96	6,27	12,23	114,7	0,09	0,06	21,05	33,97	
Таб.24,1996	Нарезка из св. помидоров	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	0,02	15	8,4	
№ТТК 20,2007	Рыба под сырной корочкой	100	21,46	23,06	4,94	314	0,02	0,04	1,71	71,54	
№520,2004	Пюре картофельное	150	3,24	5,6	21,93	155	0,16	0,14	25,81	52,86	

Стр.2004	Компот из св.яблок	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1,
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
Стр.246,2004	Каша ячневая	250	11,35	17,6	54,03	421,3	0,09	0,33	2,66	252,25	0,
№337,2004	Яйцо вареное	1 шт	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	-	23,1	1,
№692,2004	Напиток кофейный с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0,
	Хлеб ржаной	24/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№131,2004	Рассольник по-домашнему со сметаной	250/10	2,45	7,84	15,29	143,4	0,11	0,08	26,31	42,46	1,
Таб.24,1996	Нарезка из св. помидоров	100	0,88	0,16	3,04	19,2	0,05	0,03	20	11,2	0,
№ТТК 20,2007	Рыба под сырной корочкой	100	21,46	23,06	4,94	314	0,02	0,04	1,71	71,54	0,
№520,2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,32	186	0,19	0,17	30,97	63,43	1,
№631,2004	Компот из св.яблок	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1,
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0

Соотношение БЖУ

1 1 4 Ср. Ккал

1 1,2 4,2

При разработке ТТК использовались сборники рецептур:
1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г. Москва, 1996

2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области. Г. Екатеринбург. 2003г.

3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В. Т. Лапшиной 2004г.

[illegible]

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г.	Пищевая ценность				Витамины, мг.				
			Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет. Ценност ь, Ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe,
	12 Вариант										
	Завтрак учащихся с ограниченными возможностями здоровья 1-4 класс										
Стр.246,2004	Каша пшенная	250	12,94	18,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250	0,2
№1,2004	Бутерброд с маслом	40/10	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,4
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,85	149	0,04	0,15	1,3	120,3	0,1
	Обед учащихся с ограниченными возможностями 1-4 класс										
2004,таб24	Нарезка из помидоров	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	0,02	15	8,4	0,5
№319,2004	Суп картофельный с горохом, сметаной	250/10	10,18	11,64	23,13	227	0,1	0,1	11,8	31,8	0,7
№436,2004	Жаркое по-домашнему	250	19,27	18,43	31,41	374	0,27	0,26 5	41,8	26,7	2,0
№638,2004	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	0,7
	Хлеб ржаной /пшеничный	36/60	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
	Завтрак учащихся с ограниченными возможностями здоровья 5-11 класс										
Стр.246,2004	Каша пшенная	250	12,94	18,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	252	0,2
№1,2004	Бутерброд с маслом	40/15	3,4	8,8	22	190	0,06	0,05	0	10	0,8
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,85	149	0,04	0,15	1,3	120,3	0,1
	Обед учащихся с ограниченными возможностями 5-11 класс										
2004,таб24	Нарезка из помидоров	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	0,02	15	8,4	0,5
№319,2004	Суп картофельный с горохом, сметаной	200/10	8,14	9,31	18,5	181,6	0,08	0,08	9,46	25,4	0,6
№436,2004	Жаркое по- домашнему	250	19,27	18,43	31,41	374	0,27	0,26 5	41,8	26,7	2,0
№638,2004	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	0,7
	Хлеб ржаной /пшеничный	36/60	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г.	Пищевая ценность				Витамины, мг.				
			Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет. Ценност ь, Ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe,
	13 Вариант										
	<i>Завтрак учащихся с ограниченными возможностями здоровья 1-4 класс</i>										
Стр.246,2004	Каша манная	200/5	7,38	11,84	40,75	301	0,1	0,18	1,28	131,9	0,5
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64	0,3
№685,2004	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,2	0,9
	<i>Обед учащихся с ограниченными возможностями 1-4 класс</i>										
2004,таб24	Нарезка из помидоров	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	0,02	15	8,4	0,5
№110,2004	Борщ с капустой, со сметаной	200/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,7	53,9	1,2
№443,204	Плов	200	12,91	32,66	39,68	614	0,06	0,04	4,89	38,04	1,0
№631,2004	Компот из свежих фруктов	200	0,22	0,22	29,34	116	0,01	0,04	0,8	7,86	1,0
	Хлеб ржаной /пшеничный	36/60	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
	<i>Завтрак учащихся с ограниченными возможностями здоровья 5-11 класс</i>										
Стр.246,2004	Каша манная	250/10	9,23	14,8	50,94	376,3	0,13	0,22	1,6	164,9	0,7
№2,2004	Бутерброд с повидлом	40/40	0,15	0	20,85	80	0	0,01	0,05	3,64	0,3
№685,2004	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,2	0,9
	<i>Обед учащихся с ограниченными возможностями 5-11 класс</i>										
2004,таб24	Нарезка из помидоров	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	0,02	15	8,4	0,5
№110,2004	Борщ с капустой, со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,7	53,9	1,2
№443,204	Плов	250	14,19	35,33	52,38	695	0,08	0,05	5,39	42,37	1,2
№638,2004	Компот из свежих фруктов	200	0,22	0,22	29,34	116	0,01	0,04	0,8	7,86	1,0
	Хлеб ржаной /пшеничный	36/60	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8

вариант											
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями здоровья 1-4 классы											
Стр 246, сб2004	Каша ячневая с маслом	200/5	9,08	14,08	43,22	337	0,07	0,28	2,13	201,8	0,17
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	0,9
№3, 2004	Бутерброд с сыром	30/30	7,64	6,12	19,44	167	0,05	0,07	0,32	208	0,66
обед учащиеся с ограниченными возможностями здоровья 1-4 класс											
Таб 24,2004	Нарезка из св.огурцов	60	0,48	0,06	1,56	8,4	0,02	0,02	6	13,8	0,36
№140,2004	Суп картофельный с цыпленком макарон. изд.	200/30	4,43	4,94	16,75	131,2	0,11	0,06	13,2	20,42	1,02
№534,2004	Капуста тушеная с мясом	200	13,06	29,2	17,43	491	0,07	0,11	99,22	108,7	1,49
№638,2004	Компот из изюма	200	0,36	0	33,16	128	0,03	0,02	0	16,4	0,66
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями здоровья 5-11 классы											
Стр 246, сб2004	Каша ячневая с маслом	250/10	11,35	17,6	54,03	421,3	0,09	0,33	2,66	252,25	0,21
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	0,9
№3, 2004	Бутерброд с сыром	30/20	7,64	6,12	19,44	167	0,05	0,07	0,32	208	0,66
обед учащиеся с ограниченными возможностями здоровья 5-11 класс											
Таб 24,2004	Нарезка из св. огурцов	100	0,8	0,1	2,6	14	0,04	0,04	10	23	0,6
№140,2004	Суп картофельный с цыпленком макарон. изд.	250/30	5,54	6,18	20,94	164	0,14	0,08	16,5	25,52	1,27
№534,2004	Капуста тушеная с мясом	200	13,06	29,2	17,43	491	0,07	0,11	99,22	108,7	1,49
№638,2004	Компот из изюма	200	0,36	0	33,16	128	0,03	0,02	0	16,4	0,66
	Хлеб ржаной/пшеничный	25/45	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428888

Владелец Адамбаева Людмила Анатольевна

Действителен с 30.10.2024 по 30.10.2025