

Согласовано:

Директор образовательной организации

Телка О.И.

Ф.И.О

Подпись



Утверждено

Врио генерального директора

ООО «Комбинат школьного питания «Подрустоек»

Д.А. Чернов

Ф.И.О

Подпись



ООО «Комбинат школьного питания «Подрустоек»

Примерное 12 – дневное меню

для организации питания учащихся 7-11 лет

общественных организаций

2024-2025 учебный год

зимний период

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КШП "Подарок"**
Промышленное меню и пищевая ценность, приготовляемых блюд

Дели: Подземелье
Недоед: 1
Сезон: Зима 2025г
Возраст: 7-11 лет

№ п/п	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины																		
			Белки	Жиры	Углеб.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен							
ЗАВТРАК																									
№ 05 ****	Мясо говяжье	16	0,05	8,25	0,08	74,80	0,01	0,02	0,06	0,10	1,90	1,20	0,02	0,60	0,02	0,60	0,02	0,60	0,02	0,60	0,02				
ТТК № 180	Биточное крупное	75	10,39	5,04	6,11	127,50	0,04	0,02	0,64	0,45	80,36	33,21	12,86	0,96	96,86	8,18	7,83								
ТТК № 169	Мясорубное из свиной отбивной	175	6,13	7,18	41,13	257,25	0,07	0,02	0,05	1,16	43,37	18,27	10,03	0,99	63,00	8,18	7,83								
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10		15,00	60,00	0,01	0,01	0,30	0,11															
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,04	0,44	0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24								
	ИТОГО:	500	19,71	20,79	82,00	613,55	0,15	0,06	0,94	2,13	151,63	62,68	28,49	2,81	212,22	9,58	10,09								
ОБЕД																									
ТТК № 79	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,12	4,32	74,40	0,02	0,03	3,06	733,60	2,82	22,20	17,40	15,00	0,66	123,00	10,00	0,09							
ТТК № 175	Шоу из свежей капусты с катюбелем	200	1,40	3,88	6,22	66,40	0,05	0,03	14,78	112,20	1,90	38,00	27,20	17,80	0,64	242,40	15,00	0,22							
ТТК № 12	Бифитекс "Нежность"	90	12,24	7,83	11,11	197,73	0,06	0,14	8,73	19,95	0,50	152,10	33,30	27,00	2,25	265,50	18,00	3,54							
ТТК № 18	Бис. припудренный с шоколом	150	3,68	4,80	33,32	178,80	0,04	0,03	1,83	18,60	0,28	105,08	78,30	30,42	0,53	44,70	2,10	6,94							
№ ТТК №	Фруктовый чай с яблоком	200			23,20	92,80			1,20		6,90	9,20	5,90	0,54	91,60	0,87	0,10								
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,04	0,44	0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24								
ТТК № 157	Хлеб отрубный (грубо-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,03	0,03	0,03		47,60	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65								
	ИТОГО:	770	22,68	23,31	108,06	758,43	0,26	0,26	28,60	881,75	5,94	397,68	179,10	115,82	6,23	871,16	62,23	14,78							
ОБЕД 2																									
ТТК № 79	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,12	4,32	74,40	0,02	0,03	3,06	733,60	2,82	22,20	17,40	15,00	0,66	123,00	10,00	0,09							
ТТК № 175	Шоу из свежей капусты с катюбелем	200	1,40	3,88	6,22	66,40	0,05	0,03	14,78	112,20	1,90	38,00	27,20	17,80	0,64	242,40	15,00	0,22							
ТТК № 12	Бифитекс "Нежность"	90	12,24	7,83	11,11	197,73	0,06	0,14	8,73	19,95	0,50	152,10	33,30	27,00	2,25	265,50	18,00	3,54							
ТТК № 169	Магрозинг из свиной отбивной	160	5,60	6,56	37,60	235,20	0,06	0,02			1,06	39,65	13,96	9,17	0,91	57,60	18,00	3,54							
№ ТТК №	Фруктовый чай с яблоком	200	0,20		35,00	85,00			1,20		6,90	9,20	5,90	0,54	91,60	0,87	0,10								
ТТК № 156	Х.об. пшеничный	30	1,98	0,36	9,84	47,00	0,02	0,02			0,22	13,00	4,00	2,80	15,38	0,20	1,12								
ТТК № 157	Хлеб отрубный (грубо-пшеничный)	20	1,32	0,24	6,80	36,20	0,04	0,02				31,60	7,00	9,40	0,78	48,80	0,64	1,10							
	ИТОГО:	750	22,82	24,79	110,89	741,93	0,25	0,24	26,57	866,35	6,50	303,45	112,06	87,07	6,00	844,28	45,21	6,17							
ПОЛДНИК																									
№ 599****	Печенье	40	3,04	3,92	29,76	166,80	0,03	0,60	2,60	0,04	1,40	36,00	11,60	8,00	0,84	11,60	0,20	3,60							
№ 515****	Маковое печенье	200	5,80	5,00	9,60	106,00	0,08	0,60	11,00	49,50	0,22	180,00	240,00	28,00	0,20	11,60	0,20	3,60							
№ 112****	Шоколадное печенье (абсолют)	110	0,44	0,44	10,78	51,70	0,03	0,60																	
	ИТОГО:	350	9,24	9,36	50,14	324,50	0,14	0,60	13,60	49,54	1,62	228,10	269,20	45,90	3,46	286,60	2,20	3,93							
	ИТОГО:	1 620	51,63	53,46	240,20	1 696,48	0,55	0,92	42,94	934,51	9,69	777,41	510,98	190,21	12,50	1 509,98	79,01	28,80							

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КНП "Парастас"**
Примерное меню и пищевая ценность приучающих блюд

Дата: Вручена 2 Сент. 2025г.
Исчерпан 1 Вручен 2.11.25

№ п/п	Продукт	Масса порции	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины																		
			Белки	Жиры	Углев.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Фосф.	Селен							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19							
							ЗАВТРАК																		
ТТК № 110	Овошн. варенье	60	0,68	0,06	1,02	7,80	0,01		3,00		0,06	14,40	13,80	8,40	0,36										
ТТК № 60	Сливочный	220	14,96	16,83	43,56	385,00	0,10	0,13	1,32	0,33	0,84	253,19	23,54	52,22	3,41	296,36	42,54	8,11							
ТТК № 26	Фрукто-яги	200			22,76	91,04			7,80	0,57	0,39	22,75	7,04	5,34	1,20	30,20	0,20	0,05							
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04								0,29	26,92	1,23	1,96							
	Итого:	515	18,10	17,17	84,56	566,09	0,15	0,13	12,12	0,92	1,29	290,34	51,38	70,86	5,36	353,38	45,97	10,12							
							ОБЕД																		
ТТК № 13	Салат "Зеленое"	60	1,15	5,04	5,04	72,18	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14							
ТТК № 17	Суп "Куриный"	200	3,03	5,02	10,52	99,42	0,05	0,03	4,60	101,40	0,96	32,20	8,60	13,40	0,48	222,20	10,20	0,94							
№ 397*	Фруктовый салат с малиной, клубникой	90	8,43	4,10	6,99	101,70	0,03	0,06	0,08	12,09	2,34	135,94	45,00	19,80	0,90	132,19	48,75	16,50							
ТТК № 146	Пюре из картофеля с маслом	180	11,00	8,32	38,43	247,40	0,42	0,08		0,06	0,06	230,16	82,55	76,83	4,84	82,31	17,56	6,34							
ТТК № 117	Каша из свежих плодов	200	0,20	35,80	142,00	0,02		4,30	1,20	0,20	16,00	22,00	14,00	1,10	91,60	0,87	0,16								
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04				0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24							
ТТК № 157	Хлеб цельнозерновой (пшенично-овсяный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,63							
	Итого:	770	28,82	28,36	116,66	811,00	0,63	0,21	14,02	182,65	6,76	511,70	190,45	154,53	9,41	760,26	82,64	22,91							
							УЖИН																		
ТТК № 15	Салат "Зеленое"	60	1,15	5,04	5,04	72,18	0,02	0,01	5,04	71,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14							
ТТК № 17	Суп "Куриный"	250	3,79	6,28	13,15	124,28	0,06	0,04	5,75	126,75	1,20	40,25	10,75	16,75	0,60	277,75	12,75	1,18							
ТТК № 60	Лепешка	210	14,96	16,83	43,56	385,00	0,10	0,13	1,32	0,35	0,84	253,19	23,54	52,22	3,41	296,36	42,54	8,11							
ТТК № 117	Каша из свежих плодов	200	0,20	35,80	142,00	0,02		4,30	1,30	0,20	16,00	22,00	14,00	1,10	91,60	0,87	0,16								
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68							
ТТК № 157	Хлеб цельнозерновой (пшенично-овсяный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65							
	Итого:	790	24,36	28,75	122,51	858,26	0,28	0,21	16,41	201,20	5,33	400,34	86,59	112,07	7,09	859,88	66,07	12,86							
							ПОЛДНИК																		
№589****	Лепешки	50	2,95	2,33	37,50	183,00	0,04		1,26	31,50	1,20	25,00	5,50	4,50	0,60										
№ 272 **	Ряженка, кефир, йогурт	180	5,04	5,74	7,36	101,27	0,07	0,22				162,01	216,01	25,20	0,18	217,80	16,20	3,24							
№ 112 ****	Пирог овсяный (овсяный)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03		10,00	45,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,30							
	Итого:	330	8,39	8,49	54,66	331,27	0,11	0,22	11,26	76,50	1,40	198,01	237,51	38,70	2,78	467,80	18,20	3,54							
	ВСЕГО:	1 615	55,31	49,02	255,88	1 708,36	0,92	0,56	37,40	265,07	9,45	1 000,05	479,34	264,09	17,55	1 581,44	149,81	41,57							

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КШП "Подпрестолье"
Примерное меню и перечень продуктов, приобретаемых блюд**

Дата: Четверг 4 Сессия: Июнь 2025г
Неделя: 1 Распечатать 7-11 лет

№ пед.	Продукт	Масса порции	Именные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал/бжу)	Витамины																			Минералы																																																																																																																																																												
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Натр	Селен	В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Натр	Селен																																																																																																																																																								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19																																																																																																																																																																				
																				ЗАВТРАК																																																																																																																																																																		
№ 112 0000	Пшеница свежая (обдрана)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	0,03	0,09	10,50	47,25	0,21	11,55	16,80	9,45	2,31	202,50	2,10	0,12																																																																																																																																																																				
ТТК № 64	Капуста пекинская не-кочешная	120	12,33	14,71	26,61	301,29	0,17	0,01	1,16	166,43		136,85	18,70	135,12	3,25	310,63	4,53	12,13																																																																																																																																																																				
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10	0,40	13,00	60,00		0,01	0,30	0,11		5,00	10,00	7,00	38,45	1,75	2,80																																																																																																																																																																					
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,06	0,55	32,50	10,00	50,50	50,50	141,57	6,51	632,58	8,38	15,45																																																																																																																																																																				
																				ИТОГО:																																																																																																																																																																		
																				ОБЕД																																																																																																																																																																		
ТТК № 15	Салат "Фрэнчизан"	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	72,90	1,68	27,60	9,60	10,80	0,42	128,00	7,90	0,14																																																																																																																																																																				
ТТК № 134	Суп картофельный	200	1,87	4,08	13,50	138,72	0,10	0,06	9,60	0,05	1,17	62,18	24,36	35,12	0,96	240,00		0,14																																																																																																																																																																				
ТТК № 191	Пельмени любительские домашние	180	19,17	14,94	35,19	351,90	0,14		0,54	0,05		175,50	19,80	24,30	2,25																																																																																																																																																																							
ТТК № 26	Фрукто-чай	200			22,76	91,04			7,80	0,57			7,94	5,34	1,20	30,70	0,20	0,05																																																																																																																																																																				
ТТК № 150	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03	0,33	19,50	6,00	47,40	10,50	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68																																																																																																																																																																				
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржанко-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03					10,50	14,10	1,17	73,20	0,90	1,05																																																																																																																																																																				
																				ИТОГО:																																																																																																																																																																		
																				УЖИН																																																																																																																																																																		
ТТК № 15	Салат "Фрэнчизан"	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	72,90	1,68	27,60	9,60	10,80	0,42	128,00	7,90	0,14																																																																																																																																																																				
ТТК № 134	Суп картофельный	200	1,97	4,28	14,17	166,66	0,11	0,07	10,08	1,32	1,68	65,94	25,58	26,38	1,01	252,00		0,14																																																																																																																																																																				
ТТК № 64	Капуста пекинская не-кочешная	200	14,50	17,30	31,30	354,46	0,20	0,10	1,32	195,80		161,00	22,00	147,20	3,82	365,45	5,23	14,50																																																																																																																																																																				
ТТК № 26	Фрукто-чай	200			22,76	91,04			7,80	0,57			7,04	5,34	1,20	30,20	0,20	0,05																																																																																																																																																																				
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,04		0,43	0,43	36,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24																																																																																																																																																																				
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржанко-пшеничный)	40	2,04	0,48	13,60	72,40	0,07	0,04				63,20	14,00	18,80	1,56	97,60	1,28	2,20																																																																																																																																																																				
																				ИТОГО:																																																																																																																																																																		
																				ПОЛДНИК																																																																																																																																																																		
№ 591 0000	Печенье	40	3,06	3,92	29,76	166,80	0,03	0,22	1,26	31,50	1,20	36,00	11,60	8,00	0,84	217,80	10,20	3,24																																																																																																																																																																				
№ 272 000	Пряники сахарные	180	5,04	5,74	7,36	101,27	0,07	0,22	10,00	45,00	0,20	162,01	216,01	25,20	0,18	217,80	10,20	3,24																																																																																																																																																																				
№ 112 0000	Пшеница свежая (обдрана)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,03	10,00	11,26	1,60	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,30																																																																																																																																																																				
																				ИТОГО:																																																																																																																																																																		
																				ВСЕГО:																																																																																																																																																																		
																				1545																			51,53									50,52									226,47									1 648,56									0,75									0,42									47,22									363,81									5,54									722,09									371,41									267,63									16,06									1 594,85									36,69									22,51								

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КАПИ "Подорожник"
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

Дата: Сухобити
Исчисл: 1
Сезон: Зима 2025г
Возраст: 7-11 лет

№ п/п	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация																		
			Белки	Жиры	Уг.лев.	В1	В2	С		А	Е	Р	Кальций	Мгний	Железо	Калий	Натр	Селен										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19										
ЗАРТАРАК																												
№ 112 ****	Людия еслемте (абызак)	50	0,20	0,20	4,90	23,50	0,02	5,00	23,50	0,10	5,50	8,00	4,50	1,10	125,00	1,00	0,1											
ТТК № 192	Е пичени	186	14,91	13,02	55,68	423,15	0,16	1,16	0,15	3,95	251,10	238,31	38,36	1,40														
ТТК № 180	Сюг молочный сладкий	65	1,69	4,13	10,21	84,83	0,04	0,47	1,13	0,07	45,44	58,57	7,15	0,10	4,26	0,68	0,0											
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10	15,00	60,00	60,00	0,01	0,30	0,11			5,00	0,40	21,00														
ИТОГО:																												
		501	16,90	17,35	85,79	591,48	0,18	6,93	23,89	4,12	302,04	309,88	50,01	3,00	150,26	1,68	0,2											
ОБЕД																												
№ 119****	Икра морская	60	1,44	4,26	6,24	69,00	0,02	4,74	123,00	2,28	34,80	26,40	18,00	1,02	186,98	5,70	0,2											
№ 140*	Сүг кирдөрбейлери с макарындаш изилдени	200	2,16	2,28	15,06	89,04	0,09	6,60	97,60	1,10	50,80	12,20	19,20	0,76	410,40	16,80	0,2											
ТТК № 72	Каша герловая с маслом	200	13,12	17,31	32,66	381,70	0,32	0,12	0,80	288,00	273,30	27,02	29,42	2,18	146,82	2,67	18,0											
ТТК № 119	Каша из концентрата	200	1,40		29,00	122,00	0,01			2,45		1,00		0,10	52,00	0,50	0,0											
ТТК № 156	Хлеб столовый (прямоз-пшеничный)	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03			0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,6											
ТТК № 157	Хлеб столовый (прямоз-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05			0,03	47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,6											
ИТОГО:																												
		720	22,58	24,45	107,92	786,54	0,51	12,14	513,05	3,71	425,70	83,12	84,92	5,56	902,47	27,68	21,8											
ОБЕД 2																												
№ 119****	Икра морская	60	1,44	4,26	6,24	69,00	0,02	4,74	123,00	2,28	34,80	26,40	18,00	1,02	186,98	5,70	0,2											
№ 140*	Сүг кирдөрбейлери с макарындаш изилдени	200	2,16	2,28	15,06	89,04	0,09	6,60	97,60	1,10	50,80	12,20	19,20	0,76	410,40	16,80	0,2											
ТТК № 72	Каша герловая с маслом	200	13,12	17,31	32,66	381,70	0,32	0,12	0,80	288,00	273,30	27,02	29,42	2,18	146,82	2,67	18,0											
ТТК № 119	Каша из концентрата	200	1,40		29,00	122,00	0,01			2,45		1,00		0,10	52,00	0,50	0,0											
ТТК № 156	Хлеб столовый (прямоз-пшеничный)	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03			0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,6											
ТТК № 157	Хлеб столовый (прямоз-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05			0,03	47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,6											
ИТОГО:																												
		720	22,58	24,45	107,92	786,54	0,51	12,14	513,05	3,71	425,70	83,12	84,92	5,56	902,47	27,68	21,8											
ПОЛДНИК																												
ИТОГО:																												
ВСЕГО:		1221	39,28	41,80	193,71	1378,02	0,69	0,26	19,07	536,94	7,83	727,74	303,00	134,93	8,56	1482,73	29,36	22,0										

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КНП "Подорожник"
Примерное меню и пищевая ценность приготовленных блюд**

Дата: Подписание: 7 Стор. 3 из 2025
Итого: 2 Вспом. 7-11 лет Вспом. 7-11 лет

№ п/п	Продукт	Масса порции	Пищевое вещество (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины																		
			Белки	Жиры	Углеб.	С		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен							
ЗАБТРАК																										
ТРК № 179	Чайли	100	9,40	8,10	6,00	132,09	0,05	0,11	1,07	25,50	0,55	158,70	15,73	24,70	2,20	322,50	17,50	0,5								
ТРК № 171	Капша вякыя (Гречневая)	190	5,70	8,55	28,31	216,60	0,30	0,09	17,68	0,61	208,20	19,00	124,59	4,18	159,60	52,31	2,5									
ТРК № 79	Чай с медом	200	0,07	0,01	15,31	61,62	0,04	0,01	2,80	0,38	0,01	3,54	6,25	4,60	0,29	30,00	0,02									
ТРК № 156	Хлеб пшеничный	50	1,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,06	0,55	32,50	0,55	10,00	10,00	7,00	0,55	38,45	1,75	2,8								
ИТОГО:		540	18,97	17,06	74,22	527,72	0,45	0,21	3,87	43,56	1,70	402,94	50,58	160,89	7,22	580,55	71,56	5,62								
ОБЕД																										
ТРК № 28	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	0,02	0,02	9,24	242,00	2,76	17,40	18,00	10,80	0,54	160,00	9,90	0,1								
№99 117	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	0,04	8,32	98,80	39,42	39,42	27,88	16,60	0,67	307,28	43,20	0,2								
ТРК № 7	Шницель, картофель	90	11,25	10,06	8,87	153,49	0,08	0,05	0,57	5,67	0,28	105,08	73,50	30,42	0,53	44,79	21,00	6,9								
ТРК № 1,8	Рис припущенный с овощами	150	2,48	2,80	33,33	178,80	0,04	0,03	1,83	18,40	0,28	105,08	73,50	30,42	0,53	44,79	21,00	6,9								
ТРК № 24	Фруктовый чай	200			14,15	92,80			7,80	0,57		11,40	5,34	1,20	30,29	0,20	0,02									
ТРК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,72	19,68	94,00	0,04	0,04		0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,2									
ТРК № 157	Хлеб столовый (гравитационный)	40	2,64	0,48	13,60	72,40	0,07	0,04			63,20	14,00	18,80	1,56	97,60	1,28	2,0									
ИТОГО:		780	23,34	25,71	103,31	750,49	0,31	0,18	27,76	365,44	42,90	343,98	161,60	111,55	5,96	799,80	80,21	12,53								
ОБЕД 2																										
ТРК № 28	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	0,02	0,02	9,24	242,00	2,76	17,40	18,00	10,80	0,54	160,00	9,90	0,1								
№99 117	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	0,04	8,32	98,80	39,42	39,42	27,88	16,60	0,67	307,28	43,20	0,2								
ТРК № 179	Капша вякыя (Гречневая)	110	10,34	8,91	6,60	145,20	0,06	0,12	1,18	28,05	0,58	174,57	16,86	27,17	2,42	354,75	19,25	0,3								
ТРК № 171	Капша вякыя (Гречневая)	150	2,50	6,78	22,35	171,00	0,24	0,07	7,80	12,96	0,48	161,57	15,00	98,36	5,20	126,99	41,30	2,0								
ТРК № 24	Фруктовый чай	200			14,15	92,80				0,57		11,40	5,34	1,20	30,29	0,20	0,02									
ТРК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,72	19,68	94,00	0,04	0,04		0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,2									
ТРК № 157	Хлеб столовый (гравитационный)	40	2,64	0,48	13,60	72,40	0,07	0,04			63,20	14,00	18,80	1,56	97,60	1,28	2,0									
ИТОГО:		800	23,45	26,51	90,06	734,40	0,49	0,29	26,51	383,38	43,68	482,96	111,14	182,67	10,88	1106,59	116,53	7,24								
ПОЛДНИК																										
№58 ессн	Булочка	40	1,17	1,33	30,92	140,00	0,01	0,60	2,60	0,04	0,28	14,40	6,40	1,00	0,60	1,60	2,00	3,6								
№515 ессн	Молоко хмиченое	200	5,80	5,00	9,60	106,00	0,08	0,60	10,00	45,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,3								
№612 ессн	Плоды свежие (булочки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,60	12,60	45,04	0,48	205,40	262,40	41,00	3,00	26,60	2,00	3,9								
ИТОГО:		340	7,37	6,72	50,32	293,00	0,12	0,60	25,60	90,04	0,78	260,80	262,40	41,00	3,00	26,60	2,00	3,9								
ВСЕГО:		1 660	48,63	49,49	227,85	1 571,21	0,88	0,99	44,23	454,04	45,08	952,32	474,58	313,44	16,18	1 611,95	153,77	27,1								

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КНП "Подорожник"
Примерное меню и перечень ингредиентов блюд**

Дене: Вручник
Названия: 2

8 Сезон: Зима 2025г
Вручник: 7-11 год

№ п/п	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическое значение (ккал)	Витамины																		
			Белок	Жиры	Углеб.		D1	D2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Натр.	Селен							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19							
ЗАВТРАК																									
ТТК № 82	Пшеничная каша	70	7,24	6,09	12,43	151,46	0,04	0,04	0,18	0,08	0,70	140,00	183,75	15,75	0,70	57,06	1,66	6,0							
пр. № 62	Каша пшеничная вареная	200	6,38	9,74	22,40	228,00	0,06	0,16	1,42	26,40	0,28	169,40	131,00	37,20	0,56	169,33	50,67	6,2							
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10		15,00	60,00	0,01	0,01	0,30	0,11	0,39	22,75	2,00	4,90	0,19	26,92	1,23	1,9							
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,21	1,90	26,59	1,37	332,15	326,75	57,65	2,05	274,31	33,56	14,2							
	Итого:	505	16,38	16,71	67,05	521,71	0,14	0,37	6,06	73,90	1,68	37,60	9,00	10,80	0,42	128,00	7,90	0,1							
ОБЕД																									
ТТК № 15	Салат "Фаршангас"	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	73,90	1,68	37,60	9,00	10,80	0,42	128,00	7,90	0,1							
ТТК № 172	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00	0,05	0,32	8,24	129,00	1,92	42,40	27,60	21,64	0,96	239,40	16,40	0,3							
ТТК № 172	Жаркое по-домашнему	150	13,35	13,50	30,00	285,98	0,14	0,13	6,95	20,50	0,45	173,85	18,77	32,32	2,71	615,00	34,09	0,3							
ТТК № 116	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79	0,05		1,27	15,00	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00									
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,06	0,55	32,50	0,55	10,00	7,00	0,55	18,45	1,75	2,8								
ТТК № 157	Хлеб столовый (бразильский)	40	2,64	0,48	13,60	72,40	0,07	0,04		63,20		14,00	18,80	1,56	97,60	1,28	2,2								
	Итого:	700	22,95	23,69	111,25	744,56	0,37	0,50	22,47	237,40	6,28	384,08	129,47	121,99	7,22	1158,45	61,33	5,72							
ОБЕД																									
ТТК № 15	Салат "Фаршангас"	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	73,90	1,68	37,60	9,00	10,80	0,42	128,00	7,90	0,1							
ТТК № 172	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00	0,05	0,32	8,24	129,00	1,92	42,40	27,60	21,64	0,96	239,40	16,40	0,3							
ТТК № 172	Жаркое по-домашнему	150	13,35	13,50	30,00	285,98	0,14	0,13	6,95	20,50	0,45	173,85	18,77	32,32	2,71	615,00	34,09	0,3							
ТТК № 116	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79	0,05		1,27	15,00	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00									
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,06	0,55	32,50	0,55	10,00	7,00	0,55	18,45	1,75	2,8								
ТТК № 157	Хлеб столовый (бразильский)	40	2,64	0,48	13,60	72,40	0,07	0,04		63,20		14,00	18,80	1,56	97,60	1,28	2,2								
	Итого:	700	22,95	23,69	111,25	744,56	0,37	0,50	22,47	237,40	6,28	384,08	129,47	121,99	7,22	1158,45	61,33	5,72							
ПОЛДНИК																									
№ 590+0000	Печенье	40	3,60	3,92	29,76	166,86	0,03				1,40	16,00	11,60	8,00	0,84										
№ 272 +00	Вареники, варенье, вареники	180	5,04	5,74	7,36	101,27	0,07	0,22	1,36	31,50	0,20	162,01	216,01	28,20	0,18	217,89	16,20	3,2							
№ 112 +0000	Пирожки сладкие (сдобные)	180	0,40	0,40	9,80	47,00	0,05		10,50	45,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,3							
	Итого:	320	8,44	10,06	46,92	315,07	0,13	0,22	11,26	76,50	1,60	209,01	243,61	42,20	3,22	467,89	18,20	3,52							
	ВСЕГО:	1 525	47,77	50,46	225,22	1 581,34	0,64	0,93	36,63	340,49	9,25	925,24	699,83	222,04	12,49	1 900,56	133,09	23,6							

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КНП "Подросток"**
Примерное меню и перечень ценностей пригласительных бланков

Дата: 11.05.2025г
Итого: 2
Сезон: Зима 2025г
Ресторан: 7-11.001

№ пор.	Продукт	Масса порции	Известные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины													Минералы				
			Белок	Жиры	Углеб.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Натрий	Бор	Селен					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19						
ТТК № 59	Мясные продукты с соусами	90г	11,39	9,00	10,30	199,00	0,05	0,04	0,72	296,00	0,45	97,30	18,90	14,40	1,35	235,00	1,11	48						
№ 510 *	Каша вареная (пшеничная)	160г	4,80	6,56	26,56	190,40	0,13	0,03	4,80	15,11	4,38	170,60	50,77	26,79	1,13	7,57	33,60	26						
ТТК № 26	Фрукты-ягоды	200г			22,76	91,04			7,80	0,57			7,04	5,34	1,20	30,20	0,20	0						
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	50г	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06				0,55	32,50	10,00	7,00	0,55	28,45	1,75	2						
	Итого:	500	19,90	15,96	84,22	597,94	0,24	0,07	12,32	305,68	5,38	299,71	86,71	53,53	4,23	311,22	35,06	75						
										0,61														
55. Дюэт	Витергер ошшоной (2-й вариант	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0						
ТТК № 174	Суп картофельный с говяжьим	200г	4,19	4,22	13,06	107,80	0,18	0,06	4,65	97,20	0,17	60,74	30,46	28,24	1,62	382,40	16,00	2						
ТТК № 72	Каша перловая с соусом овощным	200г	13,12	17,31	32,66	181,70	0,32	0,12	0,80	288,00		273,20	27,02	29,42	2,18	146,82	2,67	18						
ТТК № 119	Кисель из концентрата	200г	1,40		29,00	122,00		0,01		2,45			1,00		0,10	52,00	0,50	0						
	повышенного для похудения																							
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30г	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1						
ТТК № 157	Хлеб ступовой (гравано-пшеничный)	30г	1,98	0,36	10,20	54,30	0,03					47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1						
	Итого:	720	24,11	26,05	104,48	794,05	0,60	0,23	10,49	460,55	3,26	433,84	88,28	86,26	5,88	805,49	29,08	23						
										0,61														
55. Дюэт	Витергер ошшоной (2-й вариант	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0						
ТТК № 174	Суп картофельный с говяжьим	220	4,83	4,64	14,36	118,58	0,20	0,06	5,13	106,92	0,18	76,72	33,51	31,06	1,79	420,64	17,60	2						
ТТК № 99	Мясные продукты с соусами	105	13,18	10,50	12,62	232,17	0,06	0,05	0,84	338,53	0,35	113,40	72,05	16,80	1,38	274,17	1,30	36						
№ 510 *	Каша вареная (пшеничная)	150	4,50	6,15	24,90	178,50	0,12	0,02	4,50	14,17	4,11	159,38	47,60	25,12	1,06	5,10	30,60	23						
ТТК № 119	Кисель из концентрата	200г	1,40		29,60	122,00		0,01		2,45			1,00		0,10	52,00	0,50	0						
	повышенного для похудения																							
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30г	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1						
ТТК № 157	Хлеб ступовой (гравано-пшеничный)	30г	1,98	0,36	10,20	54,30	0,03					47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1						
	Итого:	795	29,11	25,81	110,04	833,80	0,48	0,19	15,49	534,77	2,91	440,40	134,46	102,08	6,51	978,18	39,31	85						
										0,61														
№ 590*****	Леченые	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,01				1,40	36,00	11,60	8,00	0,84									
№ 515 *****	Молоко сухое цельное	180	5,22	4,50	8,64	95,40	0,07	0,54	2,34	0,04		167,00	216,00	25,20	0,18	10,44		3						
№ 112 *****	Творог свежий (полужирный)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03		10,00	45,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0						
	Итого:	320	8,62	8,82	48,20	309,20	0,13	0,54	12,34	45,04	1,60	209,00	243,60	42,20	3,22	260,44	2,00	3						
	Итого:	1 540	52,63	50,83	236,90	1 701,19	0,97	0,84	36,15	811,27	10,24	942,55	419,09	182,49	13,33	1 377,15	66,14	102						

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КШП "Подорожье"**
Примерное меню и перечень продуктов прилегающих блюд

Дата: 06.06.2025
Итого: 12
Сезон: Июнь 2025г.
Итого: 7
Возраст: 7-11 лет

№ п/п	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав										Минералы				
			Белки	Жиры	Углеб.		B1	B2	C	A	B	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Натр	Селен			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19			
ЗАВТРАК																					
№ 112 ****	Пшеничное (батоны)	100	6,40	0,40	9,80	47,00	0,03		10,06	15,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,30	250,00	2,00	0,3			
ТТК № 166	Омлет с мясом-яйцо	135	12,00	11,40	43,80	303,00	0,12		1,20	1,13	4,41	97,50	99,00	21,27	0,96		4,26	0,68	0,0		
ТТК № 180	Сыр молочный стиранный	65	1,69	4,13	10,21	84,83		0,04	0,47	0,07	4,544	58,57	7,15	0,10		4,26			0,0		
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10		15,00	60,00		0,01	0,30	0,11		5,00			0,40	21,00					
ИТОГО:																					
		500	14,79	15,93	78,51	494,83	0,15	0,05	11,97	16,24	4,68	183,94	178,57	37,42	3,66	278,26	2,68	0,37			
ОБЕД																					
№ 119****	Икра светлая	60	1,44	4,26	6,24	69,00	0,02		4,74	125,00	2,28	34,80	26,40	18,00	1,02	197,00	5,10	0,2			
№699 111	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	0,04	8,32	98,80	39,42	39,42	27,88	16,60	0,62	307,28	43,20	0,2			
№469*	Фрикадельки в соусе	105	13,15	10,00	14,22	230,40	0,10	0,05	0,52	4,46	0,49	205,30	129,71	29,24	1,79	114,10	14,64	0,4			
№ 510 *	Каша пшеница (гречневая)	180	5,40	8,10	26,82	205,20	0,29	0,08		16,75	0,58	197,24	18,00	118,05	3,96	151,20	49,56	2,4			
ТТК № 116	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79	0,03		1,22	15,00	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00					
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,6			
ТТК № 157	Хлеб бородинский (пшенично-ржаной)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,6			
ИТОГО:																					
		805	26,08	26,95	107,45	819,59	0,58	0,20	14,80	148,01	44,78	506,19	267,99	232,70	9,91	915,85	114,31	6,64			
УДИНЧИК																					
№ 119****	Икра светлая	60	1,44	4,26	6,24	69,00	0,02		4,74	125,00	2,28	34,80	26,40	18,00	1,02	197,00	5,10	0,2			
№99 111	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	0,04	8,32	98,80	39,42	39,42	27,88	16,60	0,62	307,28	43,20	0,2			
№469*	Фрикадельки в соусе	105	13,15	10,00	14,22	230,40	0,10	0,05	0,52	4,46	0,49	205,30	129,71	29,24	1,79	114,10	14,64	0,4			
№ 510 *	Каша пшеница (гречневая)	150	4,50	6,75	20,55	171,00	0,22	0,07		13,96	0,48	164,37	15,00	98,56	3,50	126,09	41,30	2,0			
ТТК № 116	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79	0,03		1,22	15,00	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00					
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	10	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,6			
ТТК № 157	Хлеб бородинский (пшенично-ржаной)	10	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,6			
ИТОГО:																					
		775	25,18	25,60	102,98	785,19	0,53	0,19	14,80	148,01	44,68	553,32	264,99	212,02	9,25	890,65	106,05	6,24			
ПОУДИНЧИК																					
ИТОГО:																					
		1305	40,87	42,88	185,96	1314,22	0,73	0,25	26,77	306,25	49,46	740,13	446,56	270,12	13,57	1191,11	116,99	7,0			