

Утверждено:
ООО «РД ГРУПП»



Щелкунов, Д.В.
2024г

Согласовано:
Директор ГОУ РК «ФМЛИ»
Н. М. Шутова
2024г



**Примерное двухнедельное меню
для обучающихся ГОУ РК «ФМЛИ» (интернат)
на период январь 2024г- март 2024г**

Составлено на основе сборников:

1. Сборник рецептуры на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях
Сборник технических нормативов, Автор: Могильный М.П. ISBN: 978-5-905170-75-1
2. СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ / ПОД РЕД. МОГИЛЬНОГО М.П. ТУТЕЛЬЯНА В.А.

ПОНЕДЕЛЬНИК - 1 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, ккал
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная жидкая	108	205		8,41	8,82	40,60	280,65
Кофейный напиток с молоком	286	200		2,00	0,30	13,40	61,80
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4,00	0,70	26,70	123,60
Сыр порционно	366	15		3,48	4,42	0,00	54,60
Масло сливочное порционно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,10
Цена/Итого			101,66	17,97	21,49	80,83	586,75
2-ой ЗАВТРАК							
Булочка «Веснушка»	579	60		4,6	3,7	33,8	186,6
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56
Цена			25,42	4,8	3,7	47,8	242,60
ОБЕД							
Борщ со сметаной	37	250		7,8	12	8,8	177,5
Тфтели	390	100		9,80	9	10,1	158,50
Макаронны отварные с маслом	227	180		6,7	9	51,1	309,6
Компот из ягод	511	200		0,2	0,2	11,2	47,8
Овощи натуральные/овощи натуральные соленные	247	150		1,1	0,5	6,2	29,1
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4,00	0,70	26,70	123,60
Цена			177,90	32	31,7	128,6	916,6
ПОЛДНИК							
Йогурт	272	200		6,4	5	10	104
Хлебобулочное изделие	-	100		6	8	25	235
Цена			76,24	12,4	13	35	339
УЖИН							
Картофель отварной	239	300		5,1	0,3	54,6	258
Рыба тушеная в томате с овощами	343	250		36	9,3	21,3	306,8
Салат овощной	17	150		2,4	6,6	12,5	116,3
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2,00	0,30	13,40	61,80
Цена			101,66	51,2	17,3	151	975,9
2-ой УЖИН							
Фрукты	89	250		1	1	24,5	117,5
Цена			25,42	1	1	24,5	117,5
Цена за день 508,30 рублей				119,37	88,19	467,73	3178,35

ВТОРНИК -1 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углевода, г	Килокалории, ккал
ЗАВТРАК							
Запеканка из творога с молочным соусом	141	250		36,5	11,3	19	322,8
Сыр порционно	366	15		3,48	4,42	0,00	54,6
Масло сливочное порционно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1
Какао с молоком	270	200		5,8	5,8	34,4	205,6
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2,00	0,30	13,40	61,8
Цена			101,66	50,26	29,37	81,43	781,4
2-ой ЗАВТРАК							
Сосиска в тесте	548	100		9,1	22,9	14,4	300,4
Чай с лимоном	294	207		0,4	0,1	21,9	85,1
Цена			25,42	9,50	23,00	36,30	385,5
ОБЕД							
Рассольник ленинградский	42	250		3,3	4,3	22	133,3
Картофельное пюре	241	200		3,7	8,4	30,6	226,0
Котлета куриная с соусом	209	130		22,9	4,4	6,9	159,9
Овощи натуральные/овощи натуральные соленные	246	150		1,1	0,5	6,2	29,1
Компот из яблок	282	200		1,6	0	29,1	111,0
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141,0
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4,00	0,70	26,70	123,6
Цена			177,90	41,30	18,90	150,50	923,9
ПОЛДНИК							
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56,0
Фрукты	89	250		1	1	24,5	117,5
Хлебобулочное изделие	-	100		6	8	25	235,0
Цена			76,24	7,20	9,00	63,50	408,5
УЖИН							
Мясо тушеное	363	150		26	13,5	41	378,5
Рис отварной	224	180		4	0,9	44,8	208,8
Салат картофельный с зеленым горошком	65	150		4,5	16,8	14,7	226,8
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92,0
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141,0
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4,00	0,70	26,70	123,6
Цена			101,66	44,20	32,70	176,40	356,6
2-ой УЖИН							
Молоко кипяченое	288	200		6	6,6	9,8	121,0
Хлеб пшеничный	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Цена			25,42	8,40	6,90	24,30	191,5
Цена за день 508,30 рублей				160,86	119,87	532,43	3047,40

СРЕДА-1(интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводи, г	Килокалории, ккал
ЗАВТРАК							
Каша кукурузная молочная жидкая	266	200		6	7,8	29	212,20
Кофейный напиток с молоком	285	200		2,79	3,19	20	118,69
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4,00	0,70	26,70	123,60
Сыр порционнно	366	15		3,48	4,42	0,00	54,60
Масло сливочное порционнно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,10
Цена			101,66	18,75	23,66	90,04	645,69
2-ой ЗАВТРАК							
Кежс «Творожный»	584	75		6,4	15,8	31,5	293,3
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56
Цена			25,42	6,60	15,80	45,50	349,3
ОБЕД							
Суп из овощей	44	250		4,3	4	10,5	91,8
Греча рассыпчатая	219	180		6,5	4	30,8	177,7
Котлета мясная с соусом	385	100		7,4	14,8	1,1	167,5
Овощи натуральные/овощи натуральные соленые	246	200		1,4	0,6	8,2	38,8
Компот из ягод	507	200		0,2	0,2	11,2	47,8
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2,00	0,30	13,40	61,80
Цена			177,90	24,20	24,20	89,70	655,9
ПОЛДНИК							
Оладьи с джемом	357	230		17,3	18,9	112,5	687,7
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2,00	0,30	13,40	61,80
Фрукты	89	250		1	1	24,5	117,5
Цена			76,24	20,50	20,20	164,40	923
УЖИН							
Рыба тушеная в томате с овощами	343	200		28,8	7,4	17	245,4
Картофель запеченный	296	250		6,3	0,3	47,4	232,5
Салат «Весна»	33	150		4,5	11,1	4,7	135,5
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2,00	0,30	13,40	61,80
Цена			101,66	45,00	19,60	117,20	837,7
2-ой УЖИН							
Снежок	272	200		5,4	5	21,6	158
Хлебобулочное изделие	-	100		6	8	25	235
Цена			25,42	11,40	13,00	46,60	393
Цена за день 508,30 рублей				126,45	116,46	553,44	3804,59

ЧЕТВЕРГ -1 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, г	
ЗАВТРАК								
Каша пшеничная с изюмом	103	205		6,8	6,3	47,3	273	
Кавказ с молоком	270	200		5,8	5,8	34,4	205,6	
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141	
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6	
Сыр порционнно	366	15		3,48	4,42	0	54,6	
Масло сливочное порционнно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1	
Цена			101,66	24,86	25,07	137,53	863,9	
2-ой ЗАВТРАК								
Пирожки печенные с ягодами	543	70		2,7	1,8	27,2	130,9	
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56	
Цена			25,42	2,9	1,8	41,2	186,9	
ОБЕД								
Суп с крупой и томатами	116	250		2,5	2,8	15,5	97,5	
Макаронны отварные с маслом	227	180		6,7	9	51,1	309,6	
Фрикадельки рыбные/ сосиски отварные	347/205	100/120		21,6/13,	6,7/28,7	1,6/0,5	152,6/313,2	
Овощи натуральные/овощи натуральные соленые	247	150		1,1	0,5	6,2	29,1	
Компот из сухофруктов	508	200		0,6	0,2	10,2	45,6	
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141	
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6	
Цена			177,90	19,6	13,8	138,7	746,4	
ПОЛДНИК								
Сырники со сладким соусом	154	200		11	40	120	886	
Чай с молоком	495	200		1,8	1,6	22,6	105,8	
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141	
Фрукты	89	250		1	1	24,5	117,5	
Цена			76,24	18,5	43,2	196,1	1250,3	
УЖИН								
Плов с мясом	265	250		16	12,8	52,8	390,8	
Салат из моркови с яблоками	9	150		1,8	7,2	13,7	123,3	
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92	
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5	
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8	
Цена			101,66	23,2	20,8	114,6	738,4	
2-ой УЖИН								
Молоко кипяченое	288	250		7,5	8,3	12,3	151,3	
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5	
Цена			25,42	9,9	8,6	26,8	221,8	
Цена за день 508,30 рублей				98,96	113,27	654,93	4007,7	

ПИТНИЦА -1 (интернат)

Наименование блюда	ЗАВТРАК	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, г
Омлет		305	210		18,3	19,3	5,7	268,8
Кофейный напиток с молоком		286	200		2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб пшеничный «Городской»		-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»		-	60		4	0,7	26,7	123,6
Сыр порционный		366	15		3,48	4,42	0	54,6
Масло сливочное порционно		365	10		0,08	7,25	0,13	66,1
Цена				101,66	33,35	35,46	81,24	772,79
2-ой ЗАВТРАК								
Песочник с изюмом		315	70		6	12,2	41,3	298,2
Чай с сахаром		300	200		0,2	0	14	56
Цена				25,42	6,2	12,2	55,3	354,2
ОБЕД								
Суп картофельный с рыбой		150	250		5	4,3	4,5	77
Картофельная запеканка с мясом		185	305		19,8	15,3	27,8	327,9
Консервы овощные натуральные		246/247	150		0	2,6	0	103,5
Компот из ягод		511	200		0,2	0,2	11,2	47,8
Хлеб пшеничный «Городской»		-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»		-	90		5,9	1	40,1	185,4
Цена				177,90	35,6	24	112,6	882,6
ПОЛДНИК								
Молоко кипяченое		272	200		7,5	8,3	12,3	151,3
Хлебобулочное изделие		-	100		6	8	25	235
Фрукты		89	250		1	1	24,5	117,5
Цена				76,24	14,5	17,3	61,8	503,8
УЖИН								
Рис отварной		224	180		4	0,9	44,8	208,8
Шницель из курицы с соусом		412	130		24,7	4,3	0,9	141,7
Салат их свежих овощей с яйцом		22/16	200		9,2	12,2	8,6	182,6
Сок		293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»		-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»		-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена				101,66	43,3	18,2	102,4	757,4
2-ой УЖИН								
Йогурт		272	200		6,4	5	10	104
Хлебобулочное изделие		-	50		3	4	12,5	117,5
Цена				25,42	9,4	9	22,5	221,5
Цена за день 508,30 рублей					142,35	116,16	435,84	3492,29

СУВЬОТА-1 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, г
ЗАВТРАК							
Каша «Дитярява»	269	200		7,6	13	35	277,8
Кисель ягодный	274	200		0,2	0	9,8	40,2
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Сыр порционно	366	15		3,48	4,42	0	54,6
Масло сливочное порционно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1
Цена			101,66	20,06	25,97	100,63	703,3
2-ой ЗАВТРАК							
Печенье	590	70		5,3	6,9	52,1	291,9
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56
Цена			25,42	5,5	6,9	66,1	347,9
ОБЕД							
Рассольник домашний	41	250		12	7,75	13	173,75
Греча рассыпчатая /перловая рассыпчатая	219	180		6,5/5,6	4/0,7	30,8/41,4	177,7/190,8
Печень тушенная с помидорами (оладьи из печени)	390	100		9,6/20,2	2,7/14,2	2,1/5,4	71,6/229,1
Овощи натуральные/овощи натуральные соленые	246	150		1,1	0,5	6,2	29,1
Компот из сухофруктов	507	200		0,6	0,2	10,2	45,6
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			177,90	20,4	9,35	71,8	451,25
ПОЛДНИК							
Кефир	272	250		7,3	6,3	10	132,5
Хлебобулочное изделие	-	100		6	8	25	235
Цена			76,24	13,3	14,3	35	367,5
УЖИН							
Картофельное пюре	241	250		4,7	10,6	38,3	282,5
Гуляш с соусом	367	120		14,3	15,4	6,5	221,4
Винегрет	67	120		2	12,4	9,8	156,1
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			101,66	28,7	39,5	117,2	954,8
2-ой УЖИН							
Фрукты	89	300		1,2	1,2	29,4	141
Цена			25,42	1,2	1,2	29,4	141
Цена за день 508,30 рублей				89,16	97,22	420,13	2965,75

ВОСКРЕСЕНЬЕ -1 (интернат)

Наименование блюда	ЗАВТРАК			Энергетическая ценность			
	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, г
Вареники ленивые / Макароны с сыром	124	210		41/22,7	3,6/25,6	26,9/46,4	309,8/513,7
Кофейный напиток с молоком	286	200		2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Йогурт варенное	139	1шт		6,4	5,8	0,4	79,4
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Цена			111,80	15,59	9,99	61,31	392,19
2-ой ЗАВТРАК							
Круассан	-	70		2,59	8,05	18,62	153,3
Чай с сахаром	300	100		0,1	0	7	28
Цена			27,95	2,69	8,05	25,62	181,3
ОБЕД							
Солянка сборная	351	250		13	11,5	4,3	171,8
Рыба, запеченная с картофелем	169/253	300		40,5	35,7	26,1	581,4
Салат из белокочанной капусты	1	150		2,7	5,4	11,4	101,9
Компот из ягод	280	200		0,2	0,2	11,2	47,8
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Цена			195,65	62,8	53,8	94,2	1097
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	288	200		7,5	8,3	12,3	151,3
Блинчики со ступенным молоком	399	75/30		4,6/2,2	9,2/2,6	19,5/16,7	174,4/98,4
Цена			83,85	7,5	8,3	12,3	151,3
УЖИН							
Котлеты из овощей	207	310		10,2	41,2	45	581,6
Курица в соусе	210	120		35,9	10	2	242,9
Консервы овощные натуральные	246	150		0	2,6	0	103,5
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			111,80	49,1	54,3	80,6	1081,8
2-ой УЖИН							
Фрукты	89	300		1,2	1,2	29,4	141
Цена			27,95	1,2	1,2	29,4	141
Цена за день 559,00 рублей				138,88	135,64	303,43	3044,59

ПОНЕДЕЛЬНИК - 2 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, г
ЗАВТРАК							
Каша овсяная молочная жидкая	266	200		5,1	3	20,6	142
Какао с молоком	270	200		5,8	5,8	34,4	205,6
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Сыр порционнo	366	15		3,48	4,42	0	54,6
Масло сливочное порционнo	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1
Цена			101,66	23,16	21,77	110,83	732,9
2-ой ЗАВТРАК							
Шанежка с картофелем	340	75		4,5	5,6	20,6	142,5
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56
Цена			25,42	4,7	5,6	34,6	198,5
ОБЕД							
Свекольник	43	250		1,3	5	10,5	90
Рис припущенный с томатами	416	180		14,9	13,9	50,9	375,1
Котлета мясная с соусом	385	100		7,4	14,8	1,1	167,5
Овощи натуральные/овощи натуральные соленые	247	150		1,1	0,5	6,2	29,1
Компот из ягод	507	200		0,2	0,2	11,2	47,8
Хлеб пшеничный «Городской»	-	90		7,1	0,9	43,5	211,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Цена			177,90	36	36	150,1	1044,6
ПОЛДНИК							
Йогурт	272	250		8	6,3	12,5	130
Сырники	988	180		33,5	6,5	32,8	329,4
Цена			76,24	41,5	12,8	45,3	459,4
УЖИН							
Рыба жаренная	333	200		33,2	22,6	21,2	415,6
Картофель отварной	239	200		3,4	0,2	36,4	172
Салат «Летний»	32	150		5,4	11,3	8,1	153,8
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			101,66	47,4	34,9	113,8	965,7
2-ой УЖИН							
Фрукты	89	250		1	1	24,5	117,5
Цена			25,42	1	1	24,5	117,5
Цена за день 508,30 рублей				150,36	111,47	479,13	3518,6

ВТОРНИК - 2 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, г
ЗАВТРАК							
Пудинг маняный с соусом	128	210		7,8	12,6	35,7	287,7
Кофейный напиток с молоком	286	200		2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Масло сливочное порционно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1
Цена			101,66	14,67	23,74	82,24	596,09
2-ой ЗАВТРАК							
Булочка с сахаром	330	80		6,4	3,6	39,6	236
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56
Цена			25,42	6,6	3,6	53,6	292
ОБЕД							
Суп с картофельный с бобовыми	144	250		6,8	6	27	183,3
Рагу из птицы	214	300		42,3	49,2	33,6	738,6
Овощи натуральные/овощи натуральные соленные	247	150		1,1	0,5	6,2	29,1
Компот из свежих яблок	282	200		1,6	0	29,1	111
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Цена			177,90	60,5	57	151,6	1326,6
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	288	200		7,5	8,3	12,3	151,3
Печенье сахарное	590	50		3,8	4,9	37,2	208,5
Цена			76,24	11,3	13,2	49,5	359,8
УЖИН							
Картофельное пюре	241	200		3,7	8,4	30,6	226
Мясо отварное	357	100		25,8	16,8	0	254
Салат картофельный с кукурузой и морковью	73	150		2,3	10,4	13,7	158,3
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Цена			101,66	41,5	37,1	120,2	994,9
2-ой УЖИН							
Фрукты	89	250		1	1	24,5	117,5
Цена			25,42	1	1	24,5	117,5
Цена за день 508,30 рублей				135,57	135,64	481,64	3686,89

СРЕДА - 2 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность				
				Белки, г	Жиры, г	Углевод., г	Килокалории, г	
ЗАВТРАК								
Омлет с сосисками	306	210		26,7	42,2	0,8	489,1	
Кисель ягодный	274	200		0,2	0	9,8	40,2	
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6	
Масло сливочное порционно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1	
Цена			101,66	30,98	50,15	37,43	719	
2-ой ЗАВТРАК								
Кекс «Здоровье»	448	70		5,7	10,4	37,5	266,3	
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56	
Цена			25,42	5,9	10,4	51,5	322,3	
ОБЕД								
Расолюльник домашний	41	250		12	7,75	13	173,75	
Котлета куриная с маслом	381	105		16,3	12,6	1,6	189	
Макароны отварные с маслом	227	180		6,7	9	51,1	309,6	
Овощи натуральные/овощи натуральные соленые	246	150		1,1	0,5	6,2	29,1	
Компот из ягод	507	200		0,2	0,2	11,2	47,8	
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141	
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8	
Цена			177,90	43	30,95	125,5	952,05	
ПОЛДНИК								
Фрукты	89	250		1	1	24,5	117,5	
Чай с молоком	495	200		1,8	1,6	22,6	105,8	
Хлебобулочное изделие	-	100		6	8	25	235	
Цена			76,24	8,8	10,6	72,1	458,3	
УЖИН								
Капуста тушеная/Рис отварной	235	250		5/5,5	8,3/1,3	23/62,3	187,5/290	
Поджарка из рыбы	231	200		30,4	40	19	552,8	
Салат овощной	17	150		2,4	6,6	12,5	116,3	
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92	
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141	
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8	
Цена			101,66	40,5	47,7	94,1	963,9	
2-ой УЖИН								
Кефир	272	200		5,8	5	8	106	
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5	
Цена			25,42	8,2	5,3	22,5	176,5	
Цена за день 508,30 рублей				137,38	155,1	403,13	3592,05	

ЧЕТВЕРТ - 2 (интернат)

Наименование блюда	ЗАВТРАК		Цена	Энергетическая ценность			
	№ ТТК	Выход гр.		Белки, г	Жиры, г	Углеводи., г	Килокалории, г
Запеканка из творога с молочным соусом	141	250		36,5	11,3	19	322,8
Какао с молоком	270	200		5,8	5,8	34,4	205,6
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Сыр порционно	366	15		3,48	4,42	0	54,6
Масло сливочное порционно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1
Цена			101,66	54,56	30,07	109,23	913,7
2-ой ЗАВТРАК							
Булочка «Школьная»	556	75		4,5	3	46,5	225
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56
Цена			25,42	62,82	44,74	60,5	281
ОБЕД							
Суп с фрикадельками	48	250		4,3	2,3	5,8	60
Тефтели рыбные с рисом с маслом	67	105		13,2	8,3	51	318,7
Греча рассыпчатая	219	180		6,5	4	30,8	177,7
Консервы овощные натуральные	246	150		0	2,6	0	103,5
Компот из ягод	507	200		0,2	0,2	11,2	47,8
Хлеб пшеничный «Городской»	-	90		7,1	0,9	43,5	211,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Цена			177,90	35,3	19	169	1042,8
ПОЛДНИК							
Хлебобулочное изделие	530	180		10,8	14,4	45	423
Компот из сухофруктов	508	200		0,6	0,2	10,2	45,6
Фрукты	89	250		1	1	24,5	117,5
Цена			76,24	12,4	15,6	79,7	586,1
УЖИН							
Гуляш из кур	390	120		24,7	3,8	4	149,6
Картофельное пюре	241	200		3,7	8,4	30,6	226
Салат овощной	22	150		2,4	6,6	12,5	116,3
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			101,66	36,2	19,6	95,2	716,2
2-ой УЖИН							
Йогурт	272	200		6,4	5	10	104
Печенье		40		3	3,9	29,8	166,8
Цена			25,42	9,4	8,9	39,8	270,8
Цена за день 508,30 рублей				210,68	137,91	553,43	3810,6

ПИТНИЦА - 2 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, г
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная жидкая	266	200		5	16	45,2	340
Кофейный напиток на сгущенном молоке	285	200		2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Масло сливочное порционно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1
Цена			101,66	14,27	27,44	106,24	600,2
2-ой ЗАВТРАК							
Пицца	412	100		5,8	14,1	16,3	218
Чай с сахаром	300	200		0,2	0	14	56
Цена			25,42	6	14,1	30,3	274
ОБЕД							
Борщ со сметаной	37	250		7,8	12	8,8	177,5
Соуски отварные	205	120		13,2	28,7	0,5	313,2
Макаронны с мясом	227	180		5,9	9,9	39,2	273,7
Овощи натуральные/овощи натуральные соленые	247	200		1,4	0,6	8,2	38,8
Компот из яблок	282	200		1,6	0	29,1	111
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			177,90	36,6	52,1	128,2	1117
ПОЛДНИК							
Снежок	272	200		5,4	5	21,6	158
Хлебобулочное изделие		100		6	8	25	235
Цена			76,24	11,4	13	46,6	393
УЖИН							
Жаркое по-домашнему	181	200		32,4	27,6	31,4	496
Салат из свежих отварной	50	120		2,1	2,8	12,6	83,4
Сельдь с луком	353	80		6,6	6,6	3,4	100
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Цена			101,66	50,8	38,5	123,3	1036
2-ой УЖИН							
Фрукты свежие	89	250		1	1	24,5	117,5
Цена			25,42	1	1	24,5	117,5
Цена за день 508,30 рублей				120,07	146,14	459,14	3537,7

СУВЬОГА - 2 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, кКал
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная жидкая	108	205		8,4	8,8	40,5	280,6
Какао с молоком	270	200		5,8	5,8	34,4	205,6
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Сыр порционнно	366	15		3,48	4,42	0	54,6
Масло сливочное порционнно	365	10		0,08	7,25	0,13	66,1
Цена			101,66	24,16	27,27	116,23	801
2-ой ЗАВТРАК							
Бутерброд с колбасой (горячий)	8	60		6,2	8	8,8	133,1
Чай с лимоном	294	207		0,4	0,1	21,9	85,1
Цена			25,42	6,6	8,1	30,7	218,2
ОБЕД							
Суп-лапша домашняя	56	250		3	6	14,8	119,5
Рагу овощное/Греча расквашенная	92/219	305/180		5,8/6,5	13,7/4	32,3/30,8	277,6/177,7
Фрикадельки куриные с маслом	217	105		19,1	6,8	8,2	171,2
Овощи натуральные/овощи натуральные соленные	246	150		1,1	0,5	6,2	29,1
Компот из ягод	507	200		0,2	0,2	11,2	47,8
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			177,90	30,1	14,4	82,8	570,4
ПОЛДНИК							
Хлебобулочное изделие	-	100		6	8	25	235
Компот из сухофруктов	508	200		0,6	0,2	10,2	45,6
Фрукты свежие	89	300		1,2	1,2	29,4	141
Цена			76,24	7,8	9,4	64,6	421,6
УЖИН							
Терфегли паровые	389	100		16	12	25	275
Картофель жаренный дольками, кусочками	147	300		8,4	28,5	70,2	576
Салат овощной	30	150		2,4	6,6	12,5	116,3
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			101,66	32,2	47,9	155,8	1191,6
2-ой УЖИН							
Кефир	288	250		7,3	6,3	10	132,5
Хлебобулочное изделие	-	50		3	4	12,5	177,5
Цена			25,42	7,3	6,3	22,5	310
Цена за день 508,30 рублей				108,16	113,37	472,63	3512,8

ВОСКРЕСЕНЬЕ - 2 (интернат)

Наименование блюда	№ ТТК	Выход гр.	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Килокалории, г
ЗАВТРАК							
Пудинг из творога с соусом	317	210		23,1	41,4	51	656,3
Кофейный напиток с молоком	286	200		2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		4	0,7	26,7	123,6
Цена			111,80	29,89	45,29	97,41	898,59
2-ой ЗАВТРАК							
Хлебобулочное изделие	-	100		6	8	25	235
Чай с сахаром	300	100		35,89	0	7	28
Цена			27,95	41,89	8	32	263
ОБЕД							
Суп из овощей	44	250		4,3	4	10,5	91,8
Картофельное пюре	241	300		5,6	12,7	45,9	339
Рыба запеченная под молочным соусом	339	180		16,4	18,2	22,1	312,8
Салат из свежих помидоров и огурцов с растительным маслом	18	200		2	4,4	12,2	90,4
Конфеты	-	20		2,4	8,6	6,8	118
Компот из ягод	280	200		0,2	0,2	11,2	47,8
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	30		2	0,3	13,4	61,8
Цена			195,65	37,6	49	151,1	1202,6
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	288	200		6	6,6	9,8	121
Круассан	-	70		2,5	8	18,6	153,3
Цена			83,85	8,5	14,6	28,4	274,3
УЖИН							
Макаронник с мясом	285	250		18,3	16,5	36,3	363
Овощи натуральные/овощи натуральные соленные	246	170		1,2	0,5	7	33
Фрукты свежие	89	250		1	1	24,5	117,5
Сок	293	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный «Городской»	-	60		4,7	0,6	29	141
Хлеб ржаной «Дарницкий»	-	60		6	8	25	235
Цена			111,80	32,2	26,8	142	981,5
2-ой УЖИН							
Хлеб пшеничный «Городской»	-	30		2,4	0,3	14,5	70,5
Снежок	272	200		5,4	5	21,6	158
Цена			27,95	7,8	5,3	36,1	228,5
Цена за день 559,00 рублей				157,88	148,99	487,01	3848,49