



2-х недельное примерное гипоаллергенное циклическое меню учащихся 1-4 классов
на май 2025 года в общеобразовательных учреждениях.

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ «Дирекция по организации питания»
« 28 »
Ф.В. Пороховой
апрель 2025 г.

[illegible]

10/2004	Бутерброд горячий с сыром	45	7	11	12	173	249	13	145	0,40	0,15	0,00	0,00
ТТК 536	Вермишель молочная	200	7	5	23	170	169	25	105	0,50	0,07	2,02	0,33
338	Фрукты свежие	110	0	0	11	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Пюре яблочное	125	0	0	14	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0	0	10	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Всего:		15	17	70	488	441	52	270	4,15	0,22	13,12	0,33
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, зелению	260	4,4	4,4	9,9	97	35	25	77	1,40	0,22	10,30	0,00
288	Птица отварная (цыплята)	80	24,6	1,6	0,2	114	9	75	117	1,30	0,05	2,10	0,05
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	37,0	248	14	135	202	4,50	0,21	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами	25	2	0	11	53	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	Всего:		40	14	68	553	81	239	404	9,03	0,57	12,50	0,05
	<i>Итого:</i>		54	31	138	1041	522	291	674	13,18	0,79	25,62	0,38
	Четверг												
	Завтрак												
ТТК 147	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/5	6,2	8,5	31,6	228	170	36	170	0,6	0,1	1,8	0,1
	Йогурт	100	11,2	25,2	46,0	82	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0	0	11	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0	0	10	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Всего:		18	34	99	400	193	50	190	3,85	0,10	12,90	0,10
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зелению	250	1,6	5,0	7,0	79	27	15	34	0,6	0,1	17,4	0,0
105	Фрикадельки мясные припущенные	90	19,7	11,7	0,7	187	4	13	87	0,90	0,28	0,00	0,00
309	Рожки отварные	150	5,7	5,6	29,5	191	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0	0	10	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами	25	2	0	11	53	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	Всего:		29	23	58	551	60	40	165	4,12	0,48	17,50	0,00
	<i>Итого:</i>		47	57	157	951	253	90	355	7,97	0,58	30,40	0,10
	Пятница												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	90	16,4	0,5	0,6	72	16	26	127	0,60	0,05	0,60	0,01
304	Рис отварной	150	4	6	29	185	1	19	62	0,52	0,03	0,00	0,03
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	0,4	0,1	1,3	7	12	7	21	0,3	0,0	5,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0	0	10	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		21	7	41	305	34	56	218	2,32	0,10	5,70	0,04
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гречками, зелению	15/15/250	7,1	1,0	15,9	94	13	28	44	0,90	0,10	0,80	0,02
288	Птица отварная (цыплята)	90	27,7	1,8	0,2	128	10	84	132	1,46	0,06	2,36	0,06

302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	37,0	248	14	135	202	4,50	0,21	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0	0	10	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	2	0	11	53	18	0	0	0,98	0,09	0,00	0,00
	Всего:		45	11	74	564	60	251	386	8,74	0,46	3,26	0,08
	<i>Много:</i>		66	17	115	869	94	307	604	11,06	0,56	8,96	0,12
	Итого по меню:		507	334	1377	10239	2985	1925	5443	112,13	5,92	289,06	1,35
	среднее за день		51	33	138	1024	298	193	544	11,21	0,59	28,91	0,14

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В. Решетникова

