



Циклическое меню 1 неделя

на период с 01.06.2026г. по 05.06.2026

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ				
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)			
Понедельник																						
Завтрак																						
Таб.№24/96	0800	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40		0,03	0,02	10,00						16,00	9,00	11,00	2,20		
Таб.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05	0,05	0,16	0,19	1,28	7,33	7,33	5,90		154,86	35,98	242,35	0,91			
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45				0,05			
Таб.№25/96	4937	Сыр порционный	10	2,44	3,10	37,66		0,03	0,00	0,03	0,07	2,44	2,44		88,00	3,50	50,00	0,10				
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24				
			Итого:	535	11,67	11,73	72,27	447,63	0,08	0,22	0,25	11,35	9,77	9,77	5,90	203,11	51,08	316,35	3,50	6,02		
Обед																						
Таб.№24/96	5147	Помидор свежий	60	0,67	0,12	2,33	13,08		0,04	0,02	15,30	0,67	0,67	3,67	8,57	12,24	15,91	0,55				
148/96	18735	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне	250	13,68	14,85	16,13	252,83	0,24	0,10	0,11	3,31	13,59	13,39	0,30	36,94	22,48	130,59	1,43				
ТТК	20400	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное сое)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21		0,01	0,01	10,38	0,12	0,03	0,10	9,80	4,78	10,08	0,17				
464/96	18744	Каша гречневая вязкая	180	5,49	5,99	26,65	182,11	0,02	0,18	0,09		5,49			16,83	86,80	131,98	2,97				
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с.,	200	0,12	0,05	16,41	66,53								0,45			0,05				
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		1,36	1,36	1,00	9,40	9,80	31,40	0,78				
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01		2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39				
ТТК	17568	Мороженое НЧ ГОСТ 75гр.	75	4,10	11,60	21,60	207,20															
			Итого:	910	40,28	46,20	1 058,61	0,26	0,41	0,26	28,99	23,88	18,09	5,63	88,99	141,00	342,70	6,33	10,04			
			Итого:	1 445	51,93	57,93	1 927,71	1 906,24	0,34	0,63	0,50	40,34	33,65	27,86	11,53	352,10	192,08	659,05	9,83	16,06		
Вторник																						
Завтрак																						
Таб.№24/96	6864	Десерт фруктовый (яблоко)	125	0,48	0,48	11,76	53,28		0,04	0,04	12,00	0,48			19,20	10,80	13,20	2,64				
ТТК	17928	Блинчики Домашние с молоком сгущ.	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57		0,01	0,03	0,18				46,51	5,15	33,18	0,03				
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18							0,45				0,05				
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00	33,60																
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24				
			Итого:	510	11,20	14,93	75,12	485,97		0,07	0,08	12,18	0,48		69,96	18,55	99,38	2,96	6,26			
Обед																						
Таб.№24/96	6114	Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90		0,02	0,01	4,28	0,43	0,43	3,06	10,40	8,57	18,36	0,31				
110/96	18742	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	250	2,08	5,08	13,78	109,08	0,20	0,06	0,06	24,76	2,08	9,41	1,24	48,29	27,04	54,84	33,28				
301/2014 Далия плюс	20451	Мякоть цыпленка тушеная в томатном соусе (котл.мясо птицы)	50/40	13,68	10,68	2,47	160,72		0,01	0,01	1,55	0,38	0,19	0,03	10,66	3,34	7,25	0,18				
469/96	18417	Макароны отварные	180	6,72	7,09	43,08	263,01		0,10	0,02		6,72	6,72	0,92	21,55	10,37	55,32	1,06				
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с.	200	0,01	0,01	15,30	61,39		0,00	0,00	0,34	0,01			0,99	0,31	0,37	0,12				
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44				
			Итого:	820	25,96	23,23	95,47	694,85	0,20	0,24	0,12	30,93	12,66	19,80	5,88	100,89	55,23	162,14	35,39	7,96		
			Итого:	1 330	37,16	38,17	170,59	1 180,82	0,20	0,31	0,19	43,11	13,14	19,80	5,88	170,85	73,78	221,52	38,34	14,22		
Среда																						
Завтрак																						
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88		0,03	0,02	11,00				17,60	9,90	12,10	2,42				
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26	0,05	0,24	0,20	1,28	8,35	2,85	5,90	145,99	71,26	236,35	1,74				
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18							0,45				0,05				
Таб.№25/96	4937	Сыр порционный	10	2,44	3,10	37,66		0,03	0,00	0,03	0,07	2,44	2,44		88,00	3,50	50,00	0,10				
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24				
			Итого:	545	12,85	13,94	71,54	469,32	0,08	0,30	0,26	12,35	10,79	5,29	5,90	255,84	87,26	311,45	4,55	5,96		
Обед																						
Таб.№24/96	5147	Помидор свежий	60	0,67	0,12	2,33	13,08		0,04	0,02	15,30	0,67	0,67	3,67	8,57	12,24	15,91	0,55				
138/96	18734	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	250	14,14	11,84	19,75	242,15	0,18	0,29	0,15	12,75	13,03	8,24	1,08	54,86	46,72	162,77	2,76				
ТТК	19966	Котлеты Пикник	90	9,50	34,20	1,80	353,00											0,10				
№464/04-508/3/2004	13593	Каша пшенная рассыпчатая	150	6,71	5,54	36,64	231,26	0,02	0,24	0,03		6,71			22,38	48,47	137,77	1,62				
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,78	0,09				
ТТК	13490	Булочка Косичка с сахаром	40	3,62	1,71	27,12	138,35	0,01	0,06	0,02		3,62	3,52	0,60	8,35	5,56	31,56	0,45				
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44				
			Итого:	830	37,76	53,74	124,53	1 132,85	0,21	0,68	0,23	31,25	27,15	15,55	6,05	105,81	118,55	375,87	5,91	10,38		
			Итого:	1 375	50,81	67,68	196,07	1 602,17	0,29	0,98	0,49	43,60	37,94	20,83	11,95	361,65	205,81	687,32	10,46	16,34		
Четверг																						
Завтрак																						
Таб.№24/96	7926	Огурец свежий	70	0,50	0,07	1,36	8,07		0,02	0,01	5,00	0,50	0,50	3,57	12,14	10,00	21,42	0,36				
ТТК	20728	Макароны отварные с сыром	200	10,72	8,74	48,35	318,93	0,03	0,12	0,07	0,09	10,72	10,72	1,05	127,70	15,75	125,98	1,25				
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18							0,45				0,05				
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24				
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21	2,35																
			Итого:	500	12,83	9,60	75,96	447,88	0,03	0,17	0,08	5,09	11,22	11,22	4,62	144,09	28,35	160,40	1,90	6,33		
Обед																						
120/96	18738	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	250	11,35	13,26	9,68	203,45	0,20	0,11	0,13	34,68	9,68	9,41		67,08	35,05	135,18	1,65				
403/96	20426	Плов из свинины (свин.лопатка)	50/150	14,62	35,45	39,99	537,46		0,06	0,04	3,34	3,94			17,71	33,52	91,81	0,81				
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	66,20		0,01	0,01	13,20	0,20	0,44		7,93	2,86	5,06	0,11				
ТТК	7335	Булочка Десертная (повидло)	30	2,32	2,08	19,13	104,52	0,01	0,04	0,03	0,13	2,32	2,03	0,70	14,84	4,64	27,76	0,37				
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		1,36	1,36	1,00	9,40	9,80	31,40	0,78				
ПП	198																					



Циклическое меню 2 недели

на период с 08.06.2026г. по 11.06.2026

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ		
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)	
Понедельник																				
Завтрак																				
Таб №24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко)	80	0,32	0,32	7,84	35,52		0,02	0,02	8,00						12,60	7,20	8,80	1,76
Таб №24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75	0,05	0,08	0,17	1,28	6,00	2,85	5,90			126,57	36,20	157,41	0,59
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45				0,05
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01						3,80	2,60	13,00	0,24	
Таб №25/96	4937	Сыр порционный	10	2,44	3,10	37,86	141,45	0,03	0,00	0,03	0,07	2,44	2,44			88,00	3,50	50,00	0,10	
			Итого:	515	19,26	11,51	72,63	441,45	0,08	0,13	0,22	9,35	8,44	5,29	5,90	231,62	49,50	229,21	2,74	6,05
Обед																				
Таб №24/96	6114	Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90		0,02	0,01	4,28	0,43	3,06			10,40	8,57	18,36	0,31	
139/96	18732	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне	250	11,72	10,14	21,17	222,78	0,19	0,16	0,14	18,71	10,12	9,92	1,31		44,44	35,95	145,62	1,80	
ТТК	20564	Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченная с соусом томатным	75/15	10,15	21,49	13,09	286,39	3,04	0,04	0,02	0,58	1,22	0,07	0,01		14,30	9,91	25,78	12,55	
464/96	18744	Каша гречневая вязкая	180	5,49	5,99	26,55	182,11	0,02	0,18	0,09		5,49				16,83	86,80	131,98	2,97	
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с.	200	0,21	0,05	17,77	72,39		0,01	0,01	3,96	0,08				10,22	6,86	7,92	0,18	
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная	50	4,15	3,90	29,61	189,74	0,02	0,06	0,04		4,15	3,73	0,53		10,86	6,21	39,15	0,54	
Пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64		8,00	5,60	26,00	0,44	
			Итого:	870	35,19	41,96	128,92	1 034,07	3,27	0,52	0,32	27,53	24,53	17,20	5,55	115,05	159,90	394,81	18,78	10,74
			Итого:	1 385	45,45	53,47	201,55	1 475,52	3,35	0,65	0,54	36,88	32,97	22,49	11,46	346,67	209,40	624,02	21,52	16,80
Вторник																				
Завтрак																				
Таб №24/96	16229	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28		0,04	0,02	12,00					19,20	10,80	13,20	2,64	
ТТК	17768	Спагетти (макаронные)отварные с соусом Болоньезе	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18		0,02	0,02	9,59	5,54	5,54	300,07		26,44	9,82	16,80	77,28	
ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	52,81		0,00	0,01	26,60	0,14				5,15	4,12	4,39	0,21	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24		
			Итого:	565	13,26	19,45	83,82	562,61	0,08	0,06	48,19	5,68	5,54	300,07		54,59	27,34	47,39	80,35	6,97
Обед																				
120/96	18738	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	250	11,35	13,26	9,68	203,45	0,20	0,11	0,13	34,68	9,68	9,41			67,08	35,05	135,18	1,65	
ТТК	16794	Жаркое по-домашнему из свинины	30/180	9,97	20,34	28,66	337,58		0,21	0,12	35,68	0,28				27,75	41,68	106,47	1,71	
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с.	200	0,12	0,05	16,41	66,53									0,45			0,06	
ТТК	3147	Булочка Золотистая	50	4,18	4,19	30,19	175,19	0,01	0,07	0,05	0,21	4,18	4,16	1,45		28,80	6,29	47,89	0,51	
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		1,36	1,36	1,00		9,40	9,80	31,40	0,78	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90				5,00	3,50	16,25	0,28	
			Итого:	755	28,88	38,30	880,97	0,21	0,46	0,33	70,57	17,37	14,94	2,45	136,48	98,32	337,29	4,97	8,77	
			Итого:	1 320	42,14	57,75	1 665,58	0,21	0,54	0,39	118,76	23,06	20,48	302,52	191,08	125,66	384,68	85,32	15,74	
Среда																				
Завтрак																				
Таб №24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	7,91	35,28		0,02	0,01	7,00					11,20	6,30	7,70	1,54	
Таб №24/96	9931	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	8,57	8,64	41,82	279,32	0,05	0,25	0,17	1,25	8,57	2,78	5,76		133,70	55,16	205,15	1,50	
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45				0,05	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24		
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00	33,60	137,80													
			Итого:	510	12,00	12,50	74,98	466,72	0,05	0,29	0,19	8,25	8,57	2,78	5,76	149,15	64,06	225,85	3,33	6,25
Обед																				
138/96	18734	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	250	14,14	11,84	19,75	242,15	0,18	0,29	0,15	12,75	13,03	8,24	1,08		54,86	45,72	162,77	2,76	
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49		0,00	0,00	0,78	0,19	0,10	0,01		1,65	1,45	2,92	0,06	
511/3/04	18747	Рис отварной	180	4,54	8,74	47,95	288,61		0,06	0,03		4,54				11,81	32,60	98,71	0,70	
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20		0,01	0,01	13,20	0,20	0,20	0,44		7,93	2,86	15,06	0,11	
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		0,03	0,01		2,28	2,28	0,48		6,00	4,20	19,50	0,33	
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57		0,05	0,02		1,70	1,70	1,25		11,75	12,25	39,25	0,98	
ТТК	17568	Мороженое НЧ ГОСТ 75гр.	75	4,10	11,60	21,80	207,20													
			Итого:	850	38,94	45,84	142,80	1 139,54	0,18	0,44	0,22	26,73	21,93	12,51	3,27	94,00	99,28	328,21	4,95	11,90
			Итого:	1 360	50,94	58,34	217,78	1 606,26	0,23	0,73	0,40	34,98	30,50	15,29	9,03	243,15	163,34	554,06	8,27	16,15
Четверг																				
Завтрак																				
Таб №24/96	6183	Помидор свежий	70	0,79	0,14	2,71	15,26		0,04	0,03	17,65	0,79	0,79	4,28		10,00	14,28	18,56	0,64	
Москва 2022г.	20135	Макаронные отварные с мясом прессованным и томатом	200	8,22	10,80	43,05	300,53	0,01	0,02	0,03	5,20	1,64	1,25	0,07		58,29	7,39	37,42	0,31	
№628/96	264	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16		3,65	0,96	1,76	0,09	
ПП	13285	Батон в ассортименте	50	3,75	1,45	25,70	130,85		0,06	0,02					9,50	6,50	32,50	0,60		
			Итого:	520	12,84	12,20	86,67	507,89	0,01	0,12	0,08	26,25	2,51	2,12	4,51	81,44	29,13	90,24	1,64	7,22
Обед																				
Таб №24/96	6114	Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90		0,02	0,01	4,28	0,43	3,06			10,40	8,57	18,36	0,31	
110/96	18742	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	250	2,08	5,08	13,78	109,09	0,20	0,06	0,06	24,76	2,08	9,41	1,24		49,29	27,04	54,84	33,28	
403/96	20426	Плов из свинины (свин.лопатка)	50/150	14,62	35,45	30,99	537,46		0,06	0,04	3,34	3,94				17,71	33,52	91,81	0,81	
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45				0,05	
ТТК	10164	Булочка с кунжутом	50	4,31	1,17	28,26	140,81	7,14	0,07	0,03		4,31	4,11	0,58		9,25	6,53	37,48	0,52	
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20		0,06	0,02		3,80				10,00	7,00	32,50	0,55	
			Итого:	810	25,24	42,15	122,76	977,63 </												



Циклическое меню 3 недели

на период с 15.06.2026г. по 19.06.2026

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ		
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)	
Понедельник																				
Завтрак																				
Таб №24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40		0,03	0,02	10,00						16,00	9,00	11,00	2,20
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	6,27	7,84	33,76	230,68	0,05	0,14	0,17	1,26	6,27	2,84	5,88		127,34	38,36	160,00	0,84	
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45			0,05	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01						3,80	2,60	13,00	0,24	
Таб №25/96	4937	Сыр порционный	10	2,44	3,10		37,66	0,03	0,00	0,03	0,07	2,44	2,44			86,00	3,50	50,00	0,10	
Итого:				535	10,61	11,92	70,31	437,26	0,08	0,20	0,23	11,33	8,71	5,28	5,88	235,89	53,46	234,00	3,43	5,86
Обед																				
Таб №24/96	6114	Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90		0,02	0,01	4,28	0,43	0,43	3,06	10,40	8,57	18,36	0,31		
148/96	18735	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне	250	13,68	14,85	16,13	252,83	0,24	0,10	0,11	3,31	13,59	13,38	0,30	36,94	22,48	130,59	1,43		
ТТК	20400	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное соте)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21		0,01	0,01	10,38	0,12	0,03	0,10	9,80	4,78	10,08	0,17		
464/96	18744	Каша гречневая вязкая	180	5,49	5,99	26,55	182,11	0,02	0,18	0,09		5,49			16,83	86,80	131,98	2,97		
ТТК	20830	Напиток из яблок п.с.	200	0,01	0,01	15,30	61,39		0,00	0,00	0,34	0,01			0,99	0,31	0,37	0,12		
Пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,69	93,76		0,04	0,01			3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44	
Итого:				820	34,84	34,29	91,06	812,19	0,28	0,35	0,23	18,31	22,68	16,87	4,10	82,96	128,63	317,37	5,44	7,59
Итого:				1 355	45,45	46,21	161,37	1 249,45	0,34	0,55	0,46	29,64	31,38	22,15	9,98	318,55	181,99	551,37	8,86	13,45
Вторник																				
Завтрак																				
Таб №24/96	3532	Десерт фруктовый (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,72		0,04	0,04	13,00	0,52				20,80	11,70	14,30	2,86	
284/96	9091	Омлет натуральный	150	15,52	19,45	2,89	248,69	0,32	0,10	0,57	0,56	15,52	15,52	347,37	117,40	19,60	256,22	2,88		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45			0,05	
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00		33,60									3,80	2,60	13,00	0,24	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01										
Итого:				515	20,74	23,55	40,88	458,53	0,32	0,16	0,62	13,56	16,04	16,52	347,37	142,45	33,90	283,52	6,03	3,41
Обед																				
138/96	18734	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	250	14,14	11,84	19,75	242,15	0,18	0,29	0,15	12,75	13,03	8,24	1,08	54,66	45,72	162,77	2,76		
423/96	18586	Тефтели с соусом томат.(окорок свин.рис)	60/30	8,95	23,32	11,06	281,92		0,03	0,02	3,74	1,51	0,68	0,09	10,83	9,29	28,68	0,40		
469/96	18417	Макароны отварные	180	6,72	7,09	43,08	263,01		0,10	0,02		6,72	6,72	0,92	21,55	10,37	55,32	1,06		
697/97	7820	Компот из ягод замороженной	200	0,26	0,11	25,88	105,55		0,01	0,01	52,80	0,26			10,22	8,18	8,71	0,42		
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01			2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39	
Итого:				755	30,73	42,84	116,99	974,68	0,18	0,48	0,21	69,29	24,18	18,29	2,65	104,45	78,46	278,23	5,03	9,75
Итого:				1 270	49,92	66,19	157,87	1 433,21	0,50	0,64	0,83	82,85	40,22	33,81	350,02	246,90	112,36	561,75	11,06	13,16
Среда																				
Завтрак																				
Таб №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88		0,03	0,02	11,00					17,60	9,90	12,10	2,42	
ТТК	20538	Зелеканка творожная с крошкой и соусом десертным	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	73,39	0,08	0,32	13,97	15,52	15,09	0,30	138,92	27,11	217,68	1,22		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45			0,05	
ТТК	20431	Блинчики Домашние с молоком сгущ.	45/10	2,69	4,05	15,51	110,05		0,01	0,02	0,12				31,01	3,43	22,12	0,02		
Итого:				515	20,74	22,85	92,10	661,54	73,39	0,12	0,36	25,09	15,52	15,09	0,30	187,98	40,44	251,90	3,70	7,67
Обед																				
110/96	1492	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне с соусом	250/10	6,23	9,04	13,81	161,52	0,02	0,08	0,10	23,90	6,23	6,23	607,01	56,75	32,56	100,12	53,05		
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха,с маслом	150	20,21	13,70	34,10	342,00	0,01	1,35	1,49		0,02			455,51	218,56	581,73	14,85		
№628/96	264	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09		
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76	0,00	0,01		0,01			0,57	0,12	1,99	0,03		
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		2,04	2,04	1,50	14,10	14,70	47,10	1,17		
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01			2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39	
Итого:				710	32,88	29,16	106,69	822,10	3,79	1,62	1,63	27,10	11,03	11,01	609,23	537,58	271,80	698,68	69,68	8,89
Итого:				1 225	53,60	51,82	198,79	1 483,64	77,18	1,64	1,99	52,19	26,56	26,10	609,53	725,56	312,24	#####	73,38	16,57
Четверг																				
Завтрак																				
Таб №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88		0,03	0,02	11,00					17,60	9,90	12,10	2,42	
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75	0,05	0,08	0,17	1,28	6,00	2,85	5,90	126,57	36,20	157,41	0,59		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45			0,05	
ПП	15228	Батон в ассортименте	35	2,63	1,02	17,99	91,60		0,04	0,01					6,85	4,55	22,75	0,42		
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00		33,60													
Итого:				565	10,84	11,97	84,67	496,01	0,05	0,15	0,20	12,28	6,00	2,85	5,90	151,27	50,65	192,26	3,48	7,06
Обед																				
120/96	18738	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	250	11,35	13,26	9,68	203,45	0,20	0,11	0,13	34,68	9,68	9,41		67,08	35,05	135,18	1,65		
ТТК	17768	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе	150/75	11,14	18,34	46,63	404,18		0,02	0,02	9,69	5,54	5,54	300,07	26,44	9,82	16,80	77,26		
Акт от 06.09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с	200	0,01	0,01	6,92	27,76		0,00	0,00	1,11	0,01	0,01	0,04	0,62	0,27	0,36	0,07		
ТТК	17568	Мороженое НЧ ГОСТ 75гр.	75	4,10	11,60	21,60	207,20													
ПП	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48		0,05	0,01			3,42	3,42	0,72	9,00	6,30	29,25	0,50	
Итого:				795	30,02	43,57	108,96	948,07	0,20	0,18	0,16	44,38	18,65	18,38	309,84	103,15	51,44	181,68	79,48	9,08
Итого:				1 360	40,86	55,54	193,63	1 444,08	0,25	0,33	0,36	56,66	24,65	21,24	306,74	254,42	102,09	373,84	82,95	16,14
Пятница																				
Завтрак																				
Таб 24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	7,91	35,28		0,02	0,01	7,00					11,20	6,30	7,70	1,54	
Таб №4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05	0,05	0,16	0,19	1,28	7,33	7,33	5,90	154,86	35,98	242,35	0,91		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45			0,05	
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76	0,00	0,01		0,01			0,57	0,12	1,99	0,03		
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35													
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34</													



Циклическое меню 4 недели

на период с 22.06.2026г. по 25.06.2026

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ		
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)	
Понедельник																				
Завтрак																				
Таб №24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40		0,03	0,02	10,00						16,00	9,00	11,00	2,20
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75	0,05	0,08	0,17	1,28	6,00	2,85	5,90		126,57	36,20	157,41	0,59	
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45			0,05	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01						3,80	2,60	13,00	0,24	
Таб №25/96	4937	Сыр порционный	10	2,44	3,10		37,66	0,03	0,00	0,03	0,07	2,44	2,44		88,00	3,50	50,00	0,10		
Итого:			535	10,34	11,99	76,09	456,33	0,08	0,14	0,23	11,35	8,44	5,28	5,90	234,82	51,30	231,41	3,18	6,34	
Обед																				
132/96	18826	Суп из овощей на кур. бульоне	250	10,88	11,95	11,83	198,40	0,19	0,13	0,13	25,11	9,39	8,82	1,16	57,78	35,11	137,57	1,66		
ТТК	20564	Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченная с соусом томатным	75/15	10,15	21,49	13,09	288,39	3,04	0,04	0,02	0,58	1,22	0,07	0,01	14,30	9,91	25,78	12,55		
472/96	549	Картофельное пюре	150	3,30	4,98	22,06	146,28	0,03	0,16	0,13	25,91	3,30	0,70	1,44	48,32	33,13	98,47	1,23		
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с.	200	0,12	0,05	16,41	66,53								0,45			0,05		
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная	50	4,15	3,90	29,51	169,74	0,02	0,06	0,04		4,15	3,73	0,53	10,86	6,21	39,15	0,54		
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	69,43		0,05	0,02		2,04	2,04	1,50	14,10	14,70	47,10	1,17		
Пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44		
Итого:			810	33,68	43,08	124,52	1 020,51	3,28	0,49	0,35	51,60	23,14	18,41	5,28	153,79	104,86	374,07	17,63	10,38	
Итого:			1 345	44,02	54,67	200,61	1 476,84	3,38	0,62	0,58	62,95	31,58	23,70	11,19	388,61	155,96	605,48	20,81	16,72	
Вторник																				
Завтрак																				
Москва 2022г.	20135	Макарони отварные с мясом прессованным и томатом	200	8,22	10,60	43,05	300,53	0,01	0,02	0,03	5,20	1,64	1,25	0,07	58,29	7,39	37,42	0,31		
№82/96	264	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09		
ПП	13285	Батон в ассортименте	50	3,75	1,45	25,70	130,85		0,06	0,02					9,50	6,50	32,50	0,60		
Итого:			450	12,05	12,06	83,96	492,63	0,01	0,08	0,05	8,40	1,72	1,33	0,23	71,44	14,85	71,68	1,00	7,00	
Обед																				
Таб №24/96	6114	Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90		0,02	0,01	4,28	0,43	0,43	3,06	10,40	8,57	18,36	0,31		
110/96	18742	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	250	2,08	5,08	13,78	109,08	0,20	0,06	0,06	24,76	2,08	9,41	1,24	49,29	27,04	54,84	33,28		
403/96	20426	Плов из свинины (свин.лопатка)	50/150	14,62	35,45	39,99	537,46		0,06	0,04	3,34	3,94			17,71	33,52	91,81	0,81		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте	35	1,84	5,74	14,41	115,86	3,78	0,00	0,01					0,57	0,12	1,99	0,03		
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20		0,06	0,02		3,80			10,00	7,00	32,50	0,55		
Итого:			795	22,57	46,72	108,91	952,68	3,96	0,20	0,14	32,38	10,25	9,84	4,30	88,42	76,24	199,50	35,02	9,08	
Итого:			1 245	34,62	58,78	192,87	1 445,31	3,97	0,28	0,18	40,78	11,96	11,17	4,63	159,85	91,10	271,18	36,02	16,07	
Среда																				
Завтрак																				
Таб №24/96	18229	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28		0,04	0,02	12,00				19,20	10,80	13,20	2,64		
ТТК	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	73,39	0,08	0,32	13,97	15,52	15,09	0,30	138,92	27,11	217,68	1,22		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24		
Таб №25/96	4937	Сыр порционный	10	2,44	3,10		37,66	0,03	0,00	0,03	0,07	2,44	2,44		88,00	3,50	50,00	0,10		
Итого:			500	21,71	22,32	86,46	639,89	73,42	0,14	0,38	26,04	17,96	17,53	0,30	250,37	44,01	293,88	4,24	7,21	
Обед																				
151/96	18736	Суп лапша домашняя на кур. бульоне	250	13,97	15,39	14,32	251,73	0,25	0,10	0,12	2,53	13,97	13,83	1,75	38,27	18,87	133,32	1,39		
423/96	18566	Тефтели с соусом томат (окорок свин.рис)	60/30	6,95	23,32	11,06	281,92		0,03	0,02	3,74	1,51	0,68	0,09	10,83	9,29	28,68	0,40		
464/96	18744	Каша гречневая вязкая	180	5,49	5,99	26,55	182,11	0,02	0,18	0,09		5,49			16,83	86,80	131,98	2,97		
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с	200	0,01	0,01	6,92	27,76		0,00	0,00	0,11	0,01	0,01	0,62	0,27	0,36	0,07			
ТТК	3147	Булочка Золотистая	50	4,18	4,19	30,19	175,19	0,01	0,07	0,05	0,21	4,18	4,18	1,45	26,80	8,29	47,99	0,51		
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57		0,05	0,02		1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	39,25	0,88		
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		0,03	0,01		2,28	2,28	0,48	6,00	4,20	19,50	0,33		
Итого:			825	34,58	49,48	113,75	1 035,60	0,28	0,48	0,31	6,59	29,14	22,66	5,07	111,10	139,95	401,07	6,65	9,48	
Итого:			1 325	56,29	71,80	200,21	1 678,49	73,70	0,60	0,69	32,63	47,11	40,19	5,37	361,48	183,96	694,95	10,90	16,68	
Четверг																				
Завтрак																				
Таб №24/96	18350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,58	0,44	12,17	54,88		0,03	0,02	11,00				17,60	9,80	12,10	2,42		
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой	170	27,20	15,77	35,19	391,47									0,04		0,05		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24		
Таб №25/96	4937	Сыр порционный	10	2,44	3,10		37,66	0,03	0,00	0,03	0,07	2,44	2,44		88,00	3,50	50,00	0,10		
Итого:			510	31,70	19,89	72,61	602,53	0,03	0,06	0,06	11,07	2,44	2,44		109,85	16,00	75,14	2,81	6,05	
Обед																				
138/96	18734	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	250	14,14	11,84	19,75	242,15	0,18	0,29	0,15	12,75	13,03	8,24	1,08	54,88	45,72	162,77	2,76		
416/96	20222	Биточки рубленые из свинины с соусом (окорок)	75/30	10,01	24,75	12,76	313,86	2,85	0,02	0,01	1,16	1,13	0,15	0,02	4,80	5,70	13,67	0,34		
469/96	18751	макарони отварные (макар.спагетти)	180	6,72	7,09	43,08	263,01								0,45			0,05		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		0,03	0,01				2,28	2,28	0,48	6,00	0,33		
ТТК	17568	Мороженое НЧ ГОСТ 75гр.	75	4,10	11,60	21,60	207,20													
Итого:			840	37,25	55,53	126,92	1 162,72	3,03	0,35	0,17	13,92	16,43	10,68	1,58	76,05	56,22	198,10	3,56	10,58	
Итого:			1 350	68,95	75,41	199,53	1 765,26	3,06	0,41	0,23	24,99	18,87	13,10	1,58	185,90	72,22	273,24	6,36	16,63	