

СОГЛАСОВАНО:

Главный специалист Территориального отдела
Управления Роспотребнадзора
по Самарской обл. г.о.Тольятти
И.Т. Миннигулова

« 21 » августа 2024г.

И.Т. Миннигулова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ

школы-интерната № 5 г.о.Тольятти

А.Н.Стариков

2024г.



СОГЛАСОВАНО:

Члены родительского комитета

Водякова О.Е.

Чижова Л.А.

Водякова О.Е.
Чижова Л.А.

Меню «Осень - Зима»

Таб. № 1998 №159	50	Бутерброд (сыр, масло)	4,4	11,2	39,2	54,8
Сб. Тульчинский №382	200	Чай	1,9	3,8	17,58	23,28
Сб. Тульчинский №382	200	Фрукты	0,8	0,8	12,7	17,3
Сб. д.о. 1998 №159	100	Салат	53,1	4,4	18,04	25,58
Сб. Тульчинский №104	100/250	Суп с овощами	9,02	1,47	11,2	15,76
Сб. Тульчинский №104	100/75	Котлеты	36,5/11,09	14,2/5,7	20,04	27,54
Сб. Тульчинский №104	200	Вареники с мясом	1,8	2,3	2,91	3,91
Сб. д.о. 1998 №159	50	Чай	0,9	1,9	2,9	3,9
Сб. Тульчинский №142	200	Каша из гр. крупы	0,16	1,3	2,91	3,91
Сб. д.о. 1998	100	Пирожок с капустой	23,34	1,4	6,7	9,1
Сб. Тульчинский №104	100	Рис с курицей	12,87	2,3	1,37	1,84
Сб. Тульчинский №111	200	Картофель запеченный	4,18	0,3	2,01	2,71
Сб. Тульчинский №189	200	Сок	2,0	0,2	3,3	4,5
Таб. № Самарская	50	Бутерброд масло	4,4	11,2	39,2	54,8
Сб. Тульчинский №386	200	Чай	1,9	2,3	4,4	5,9

1

		<i>Выход (гр.)</i>		<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>К</i>
<i>завтрак</i>	Сб.Тутельяна№182	210	Каша рисовая	5,12	10.72	33.42	251
	Пермь 2008 №29	100	Салат из свеклы	1,11	5,16	12,29	89,01
	Сб. Тутельяна №3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна №379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	100.6
							569,8 20%
<i>2 завтрак</i> <i>завтрак</i>	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна №382	200	Какао	4,08	3.54	17.58	118.6
	Сб.Тутельяна№338	200	Фрукты	0,6	0,4	12,3	56
							527,7 15%
<i>обед</i>	Сб.рец.1998 №159	100	Салат из свежих помидор	53,1	4,38	25,63	165,8
	Сб.Тутельяна№104	300/250	Суп с фрикадельками	9.02	3,47/3,37	15,7/12,8	103,8/89,5
	Сб.Тутельяна№268	100/75	Котлета	16.5/11,09	24.2,10,73	14.32/12,08	344/195,3
	Сб.Тутельяна№202	200	Вермишель отв.	7,28	7,71	44.61	260.9
	Сб.рец. 1998 №1029	50	соус	0.64	6,78	3,71	82,3
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод	0,16	0.16	27.88	114.6
							915,7/874,9 30%
<i>ужин</i>	Пит. Дет.1987	100	Пирожок с капустой	27,24	19,4	46,1	406,2
	Сб.Тутельяна №354	100	Рыба с луком	12,85	25,8	1,57	290,1
	Сб.Тутельяна№311	200	Картофель в молоке	4,18	9,38	36,28	243,3
	Сб.Тутельяна№389	200	Сок	2,0	0,2	5,8	36
							775,6 25%
<i>Доп.ужин</i>	Таб. По Скурихину	60	Бутерброд масло	4,4	11,3	39,2	276
	Сб. Тутельяна№386	200	Чай	2.9	2.5	4.0	50
							392,19 10%
				155,4/152,8	136,1/134,6	406,4/402,2	3217,5/3176,7

		<i>Выход (гр.)</i>		<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>К</i>
<i>завтрак</i>	Дошк.восп.1983	200	Творожный пудинг с джемом Бутерброд (сыр, масло) Какао	36,2	-	55,3	640,2
	Сб.Тутельяна№3	50		5,8	28,4	14,83	157
	Сб.Тутельяна№382	200		4,08	8,3	17,58	118,6
							987,9
<i>2 завтрак</i>	Таб. По Скурихину	60	Бутерброд с колбасой Кофе Фрукты	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна №379	200		1,36	-	29,02	116,19
	Сб.Тутельяна№338	100		0,6	0,6	14,7	70,3
							448,2
							15%
<i>обед</i>	Пермь 2008 №2	100	Салат «Витаминный» Суп с вермишелью Картоф.запеканка с мясом и маслом Компот из св.яблок и ягод	20,05	6,5	-	140
	Сб.рец. 1998 №349	300/250		15,7/13,12	20,6/17,19	20,7/17,25	331,9/276,6
	Сб.Тутельяна№284	250/200		28,5/26/5	35,5/34,3	33,6/32,5	552/547
	Сб.Тутельяна№342	200		0,16	0,16	27,88	114,6
							938,3/858,2
							25%
<i>ужин</i>	Питание детей 1987	100	Ватрушка с повидлом Колбаса вар. Рис отв. Напиток из шиповника	8,35	6,54	35,48	325,7
	Сб.рец.1998 №643	125		44	38,9	18,3	496,6
	Сб.Тутельяна№171	200		5,18	6,78	53,7	300,2
	Сб.рец.1998№1232	200		2	0,2	5,8	36
							1158,5
							30%
<i>Доп.ужин</i>	Таб по Скурихину	60	Печенье Чай с молоком	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№377	200		0,13	0,02	15,2	62
				5,6	6,38	8,18	324,6
				190,6/186,4	173,7/168,4	384,2/379,6	3841,3/3761,2
							10%
							3
		Выход		Б	Ж	У	К

завт.	Пермь 2008 №102	205	Каша «Дружба»	6,55	8,33	35,09	241,11
	С.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	100.6
2 завтрак	Сб.Тутельяна№7	50	Гренки с сыром	5.58	8.32	14.84	157
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4.08	3.54	17.58	118.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
обед	Сб.реп.1998 №125	100	Салат полевой	97,4	5,53	21,64	147,8
	Сб.Тутельяна№102	300/250	Суп гороховый с гренками	10.5/9.83	9.4/8.88	17.3/16.8	175.2/169.34
	Дошк. Восп.1987	250/200	Бигус	19,26/14,53	19,94/16,84	22,55/19,83	289,65/242,9
ужин	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод	0,16	0.16	27.88	114.6
	Питание детей 1987	100	Пирожок с яблоками	4,73	3,98	37,47	204,9
	Пермь 2008 №211	210	Плов из кур	37,2	45,33	41,05	747,09
Доп.ужин	Сб.Тутельяна№389	200	Сок	1	-	20.2	84.8
	Таб. По Скурихину	60	Бутерброд с джемом	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Кисель	2.9	2.5	4.0	50
				255/250,8	127,3/124,9	318/318	2786/2758,2

4

		Выход				
завтрак			Б	Ж	У	К
			Сб.Тутельяна№181	210	Каша манная	6,11
Пермь 2008 №13	100	Салат из моркови	1,22	0,08	24,1	93,87
Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4,08	3.54	17.58	118.6
						663,6
						25%

2 завтрак	Таб. По Скурихину	60	Бутерброд масло, яйцо вар.	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	110.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
							450,7
							15%
обед	Сб.Тутельяна№23	100	Салат из свежих помидор	1.1	6.14	4,3	77.7
	Инст. Питания 1983	300/250	Свекольник	2.11 /1,14		11,54	141,94
	Сб.Тутельяна№229	100	Тефтели	9.75	12.3/10,14	4.3/3.8	107/105
	Сб.Тутельяна№171	200	Гороховое пюре	2.35	4.95	4,13	327,34
	Сб.рец.1998 №1029	50	Соус	5,18	17,87	53,7	300,2
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод и яблок	0.16	6,78	27.88	114.6
							1042,7/948,4
							30%
ужин	Инст. Питания 1983	100	Кух	6,59	6,84	52,05	339,5
	Сб.Тутеляяна№259	230	Рыба под овощами	21.29	23.78	21.79	387.7
	Сб.Тутельяна№321	200	Картофель отварной с маслом	4	7,3	20	280
	Сб.Тутельяна№375	200	Сок	0.1	0,2	5.8	36
							20%
Доп.ужин	Таб. По Скурихину	60	Бутер. с маслом	2.3	12.45	22,4	76.3
	Сб.Тутельяна№386	200	Кефир	2.9	2.5	4.0	50
				126,5/116,9	132,4/112,1	425,4/423,2	188,8
							3056/2988,7
5							
		Выход		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб Тутельяна№210	140	Омлет	14.42	23.8	2.24	240
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	100.6
							653,1
							25%

2 загл	Сб.реп.1998 №17	52	Гренки под яйцом	15,3	18,7	25,4	308,5
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4,08	3,54	17,58	118,6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14,7	70,3
560.2							
обед	Сб.Тутельяна№67	100	Винегрет	1.4	10.04	7.29	125.1
	Сб.Тутельяна№113	300/250	Суп лапша-дом.	3.1/2/8	6.7/5.6	14.08/13.9	140.3/135.2
	Сб.Тутельяна№290	130/100	Куры в соусе	23.3/20.8	23.5/21.7	0.42/0.24	332/298.6
	Сб.Тутельяна№171	200	Рис отварной	2.35	4.95	4.13	327.34
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из с/фруктов	0.16	0.16	27.88	114.6
1132,1/1076,2							
ужин	Питание детей 1987	100	Пирожок с капустой	5,69	6,44	31	205
	Сб.Тутельяна№256	100	Мясо тушеное	24,5	8,54	4,18	191,1
	Сб.Тутельяна№310	200	Гречка отв	5,29	7,55	43,1	262,7
	Сб.Тутельяна№389	200	Сок	1	-	20,2	84,8
694,8							
Доп.ужин	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4.4	11.3	39.2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Ряженка	2.9	2.5	4.0	50
133/129,3							
146,8/143,7							
314/308,6							
388.5							
10%							
3052,4/2996,5							

6

		Выход		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб.Тутельяна№182	210	Каша пшеничная	7,82	12,83	34,27	285
	Сб.Тутельяна№45	100	Салат из свежей капусты	1,3	3,2	6,2	59,6
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5,8	8,3	14,83	157
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4,08	3,58	17,58	118,7
661,6							
20%							

2 завтрак	Габ. По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№378	200	Чай с молоком	1.52	1.35	15.9	81
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							394,6
обед	Сб.Тутельяна№20	100	Салат из свеж. огурцов.	0.75	6,01	2.35	66.6
	Сб.Тутельяна№88	300/250	Борщ	7.34/6.37	12.14/10.06	10.3/8.26	162/157
	Сб.рец.1998 №827	325/300	Плов <i>марк</i>	25,3/16,8	23,5/15,7	44,8/38,5	487,1/337,5
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св.вишни.	0/63	-	40,15	157,22
							896,3/737,7
							30%
ужин	Питание детей 987	100	Пирожок с мясом	24,44	18,29	37,53	413,1
	Пермь 2008 №170	125/40	Рыба с яйцом <i>кот. руб.</i>	14,92	9,91	5,5	170,87
	Сб.Тутельяна№199	210	Гороховое пюре	18.18	9.14	46.7	340
	Сб.Тутельяна№389	200	Сок	1	-	20.2	84.8
							723,5
							30%
Доп.ужин	Таб. По Скурихину	60	Выпечка привозная	-	-	-	-
	Сб.Тутельяна386	200	Напиток из шиповника	2.9	2.5	4	50
				132,9/124,2	122,8/114,3	359/350,9	388.5
							10%
							3058,1/2899,57

7

		Выход		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб.Тутельяна№183	210	Каша гречневая	9.09	12.99	35.18	295
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	157
							100.6
							653,7
							20%
2 завтрак	Сб.Тутельяна№6	50	Бутерброд с колбасой	5.3	8.26	14.82	155
	Сб.Тутельяна№388	200	Какао	0,68	-	21.01	46.87
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							398.2
							10%

<i>обед</i>	Сб.Тутельяна№47	100	Салат из кваш. капусты	1.7	5	8.45	85.7
	Сб.Тутельяна№104	300/250	Харчо	9.9/8.89	7.02/6.59	13.9/13.5	160.7/159.8
	Сб.Тутельяна№278	220	Биточки	7.86	7.98	9.32	140.98
	Сб.Тутельяна№202	200	Вермишель отв.	7.28	7,71	40.61	260.9
	Сб.рец. 1998 №1029	50	Соус	0,64	6,78	3,71	82,3
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод	0.16	0.16	27.88	114.6
							883,6/844,2
							25%
<i>ужин</i>	Питание детей 1987	100	Ватрушка с творогом	9,31	7,63	40,46	357,6
	Сб.Тутельяна№288	100	Куры отв.	23.48	25.82	0,48	328
	Сб.Тутельяна№128	210	Картофельное пюре	4.34	12.38	25.18	241
	Пермь 2008 №274	200	Кисель	1,36	-	29,02	116,19
							1127
							35%
<i>Доп.ужин</i>	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4.4	11.3	39.2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Чай	2.9	2.5	4	50
				110,6/109,5	144,4/142,6	338,1/333,5	388.5
							10%
							3393,3/3353,9

8

		Выход		Б	Ж	У	К
<i>завтрак</i>	Сб.Тутельян№219	200\35	Каша пшеничная	35.28	27.87	32.84	524.24
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4.08	3.54	17.58	118.6
							527,5
							20%
<i>2 завтрак</i>	Таб. по Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	100.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
							471,7
							10%

<i>обед</i>	Сб.Тутельяна№23	100	Салат из св.помидор	1.1	6.11	4.3	77.7
	Сб. Тутельяна№84	300/250	Рассольник	9.54/8.16	11.23/10.23	16.08/14.79	198.65/195.04
	Сб.Тутельяна№259	230	Жаркое по-домашнему	21.29	23.78	21.79	387.7
	СбТутельяна№34	200	Компот из свежих ягод	0,16	.0.16	27.88	114.6
							763,5/574,2
							25%
<i>ужин</i>	Сб.рец.2004 №1328	120	Колбаса в тесте	9,01	16,8	30,3	308,4
	Сб.рец.1983 №711	115	Чахохбили	34,5	41,6	5,44	534,3
	Сб.Тутельяна№171	200	Гречка отв.	1,36	-	29,02	116,19
	Сб.рец.1998№1232	200	Сок	2	0,2	5,8	36
							400,4
							15%
<i>Доп.ужин</i>	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4.4	11.3	39.2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Кефир	2.9	2.5	4	50
					123,3/112,7	152,8/139,9	368,7/361,6
							10%
							3263,8/3074,5

10

		Выход		Б	Ж	У	К
<i>завтрак</i>	Сб.рец.1998 №574	310	Лапшевник с творогом с маслом	30,28	11,15	68,1	506,1
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.1	10.72	33.42	251
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе на молоке	3.17	2.68	15.9	100.6
							776,8
							20%
<i>2 завтрак</i>	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна382	200	Какао	4,08	3,54	17,58	118,6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							527.7
							15%

<i>обед</i>	Дошк.воспит.1987	100	Свекла из св.огурцов	1,96	8,14	22,84	174,5	
	Инст. Питания 1983	300/250	Солянка	18,92/15,7	13,1/10,9	46,3/38,6	382,5/318,7	
	Сб.Тутельяна№268	100	Биточки	16.5	24.2	14.32	344	
	Сб.Тутельяна№202	200	Картофельное пюре	7.28	7.71	40.61	260.95	
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод и яблок	0,16	0.16	27.88	114.6	
							1024,3/960,4	
<i>ужин</i>	Сб.рец.1983	100	Сырные рогалики	10,55	15,66	46,5	412,4	
	Сб.Тутельяна№255	130	Печень по-строгановски	26.52	22.46	7.04	370	
	Сб.Тутельяна№171	200	Гречка отв.	2,74	7,04	26,97	187,4	
	Сб.Тутельяна№389	200	Сок	1	-	20.2	84.8	
								1006
<i>Доп.ужин</i>	Таб. по Скурихину	60	Бутер. с джемом	2.3	12.45	22.4	76.3	
	Сб.Тутельяна№386	200	Кефир	2.9	2.5	4	50	
					130,7/127,5	135,3/133	471/463,3	188.8
								10%
								3307,9/3144
За 10 дней				1487,7	1429,4	3805,6	31100,5/	
				1431,6	1364,3	3760,7	22700,9	
За 1 день				148,8	143	380,6	3110	
				143,2	136,4	376,1	2270	