

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБС(К)ОУ

школы-интерната № 5 г.о.Тольятти

А.П.Стариков



2024г.-2025г.

СОГЛАСОВАНО: Члены род. комитета

Мураткин К.В.Мурлыкин

Меню «Осень-Зима»

1

		<i>Выход (гр.)</i>		<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>К</i>
<i>завтрак</i>	Сб.Тутельяна№182	210	Капша 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
<i>2 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
<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
<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
<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
				155,4/152,8	136,1/134,6	406,4/402,2	3217,5/3176,7

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

завтрак	Пермь 2008 №102	205	Каша «Дружба»	6,55	8,33	35,09	241,11
	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
							574,6 20%
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
							489,2 15%
обед	Сб.рсп.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
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод	0,16	0.16	27.88	114.6
ужин							597,8/570 20%
	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
	Сб.Тутельяна№389	200	Сок	1	-	20.2	84.8
Доп.ужин							35% 1000,6 15%
	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		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб.Тутельяна№181	210	Каша манная	6,11	10.72	32.38	251
	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
					0.16		1042,7/948,4 30%
ужин	Инст. Питания 1983	100	Кух	6,59	6,84	52,05	339,5
	Сб.Тутельяна№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
							899,6 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							
завтрак	Выход			Б	Ж	У	К
	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 завтрак	Сб.рец.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 15%
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 30%
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 25%
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	Таб. 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 10%
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.реп.1998 №827	325/300	Плов	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	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%

обед	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.реп. 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%			
ужин	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%			
Доп.ужин	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
завтрак	Сб.Тутельян№219	200\35	Каша пшениная	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%			
2 завтрак	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%			

обед	Пермь2008 №1	100	Свекла с сол. огур.	1,26	10,14	8,32	129,26
	Сб.Тутельяна№102	300/250	Свекольник	10.2/9.83	9.25/8.88	18.5/16.8	170/169,34
	Сб.рец.1998 №643	100	Гуляш	44/35,2	38,9/31,1	18,3/14,6	496,6/397,3
	Сб.Тутельяна№171	200	Перловка отв.	5.18	6,78	53,7	300,2
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод и яблок	0.16	0.16	27.88	114.6
							1085,5/1005,9
							35%
ужин	Тех. Приг конд.	100	Ватрушка с творогом	10,24	19,18	65,26	471,4
	Изд2001						
	Сб.Тутельяна№321	140	Куры в соусе	4.13	6.48	18.85	150.27
	Сб.Тутельяна№268	200	Макаронны отв.	16.5	24.2	14.32	344
	Сб.Тутельяна№375	200	Сок	0.1	0.026	0.02	0.7
							1032
							30%
Доп.ужин	Таб. По Скурихину	60	Бутерброд с джемом	4.4	11.3	39.2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Кисель	2.9	2.5	4	50
				127,8/119,5	151,9/144,9	408,2/407,2	388.5
							10%
							3381/3301,5

9

		Выход		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб.Тутельяна№182	210	Каша рисовая	5.1	19.72	33.42	251
	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
							703
							25%
2 завтрак	Сб.Тутельяна№7	50	Гренки с сыром	5.58	8.32	14.84	157
	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
							167,3
							15%

обед	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
ужин	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.рсп.1998№1232	200	Сок	2	0,2	5,8	36
							400,4
Доп.ужин	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	388.5
							10%
							3263,8/3074,5
10							
		Выход		Б	Ж	У	К
завтрак	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
2 завтрак	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%

обед	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
ужин	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
							30%
Доп.ужин	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/
За 1 день				1431,6	1364,3	3760,7	22700,9
				148,8	143	380,6	3110
				143,2	136,4	376,1	2270