

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор ГБОУ  
школы-интерната № 5 г.о.Тольятти

\_\_\_\_\_ О.А. Кольцова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025г.

**СОГЛАСОВАНО:**  
Члены родительского комитета  
\_\_\_\_\_ К.В.Мурлыкин

**МЕНЮ**  
**ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ВАРИАНТ**  
**(с 01.10.2025г. – 31.03.2026 г.)**

1							
		Выход (гр.)		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб.Тутельяна№182	210	Каша «Дружба»	5,12	10.72	33.42	251
	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
							<b>569,8</b> <b>20%</b>
2 завтрак	Таб. По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна №373	200	Фрукты	4,08	3.54	17.58	118.6
	Сб.Тутельяна№338	200	Чай с молоком	0,6	0,4	12,3	56
							<b>527,7</b> <b>15%</b>
обед	Сб.рец.1998 №159	100	Салат Витаминный	53,1	4,38	25,63	165,8
	Сб.Тутельяна№104	300/250	Борщ	9.02	3,47/3,37	15,7/12,8	103,8/89,5
	Сб.Тутельяна№268	100/75	Печень по - строгановски	16.5/11,09	24.2,10,73	14.32/12,08	344/195,3
	Сб.Тутельяна№202	200	Рис отв.	0.64	7,71	44.61	260.9
	Сб.Тутельяна№342	200	Напиток из шиповника	0,16	0.16	27.88	114.6
							<b>915,7/874,9</b> <b>30%</b>
ужин	Пит. Дет.1987	100	Крендель	27,24	19,4	46,1	406,2
	Пермь 2008 №205	100	Жаркое по - домашнему	12,85	25,8	1,57	290,1
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	2,0	0,2	5,8	36
							<b>775,6</b> <b>25%</b>
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
							<b>392,19</b> <b>10%</b>
				<b>155,4/152,8</b>	<b>136,1/134,6</b>	<b>406,4/402,2</b>	<b>3217,5/3176,7</b>
2							
		Выход (гр.)		Б	Ж	У	К

<i>завтрак</i>	Дошк.восп.1983 Сб.Тутельяна№3 Сб.Тутельяна№382	200 50 200	Каша пшеничная Бутерброд (сыр, масло) Какао	36,2 5.8 4,08	- 28,4 8.3 3.54	55,3 14.83 17.58	640,2 157 118.6 <b>987,9</b> <b>20%</b>
<i>2 завтрак</i>	Таб. По Скурихину Сб. Тутельяна 373 Сб.Тутельяна№379	60 200 100	Бутерброд с колбасой Фрукты Кофе	4,4 1,36 0,6	11,3 - 0,6	39,2 29,02 14.7	276 116,19 70.3 <b>448,2</b> <b>15%</b>
<i>обед</i>	Пермь 2008 №2 Сб.рец. 1998 №349 Сб.Тутельяна№284 Сб.Тутельяна№342	100 300/250 250/200 200	Салат из свеклы с сыром Щи Плов из мяса Компот из свеж.ягод	20,05 15,7/13,12 28,5/26/5 0,16	6,5 20,6/17,19 35.5/34.3 0.16	- 20,7/17,25 33.6/32.5 27.88	140 331,9/276,6 552/547 114.6 <b>938,3/858,2</b> <b>25%</b>
<i>ужин</i>	Сб.Тутельяна №547 Сб.рец.1998 №643 Сб.Тутельяна№171 Сб.Тутельяна №311	100 130 200 200	Пирожок с капустой Куры в соусе Пшено отв. Сок	8,35 44 5,18 2	6,54 38,9 6,78 0,2	35,48 18,3 53,7 5,8	325,7 496,6 300,2 36 <b>1158,5</b> <b>30%</b>
<i>Доп.ужин</i>	Таб по Скурихину Сб.Тутельяна№377	60 200	Вафли Чай с лимоном	4,4 0.13 5,6 <b>190,6/186,4</b>	11,3 0.02 6,38 <b>173,7/168,4</b>	39,2 15.2 8,18 <b>384,2/379,6</b>	276 62 <b>324,6</b> <b>10%</b> <b>3841,3/3761,2</b>
<b>3</b>							
	<b>Выход</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>

<i>завтрак</i>	С.Тутельяна№3	205	Каша геркулесовая	6,55	8,33	35,09	241,11
	Сб.Тутельяна№209	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№379	40	Кофе	6,6	4,6	0,28	62,8
		200		3.17	2.68	15.9	100.6
							<b>574,6</b> <b>20%</b>
<i>2 завтрак</i>	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
							<b>489,2</b> <b>15%</b>
<i>обед</i>	Сб.рец.1998 №125	100	Салат из картофеля с зеленым горошком	97,4	5,53	21,64	147,8
	Сб.Тутельяна№102	300/250	Суп с фрикадельками	10.5/9.83	9.4/8.88	17.3/16.8	175.2/169.34
	Сб.Тутельяна№189	130/100	Тефтели	19,26/14,53	19,94/16,84	22,55/19,83	289,65/242,9
	Сб.Тутельяна№342	200	Капуста тушеная	0,1	0.16	27.88	114.6
	Сб.Тутельяна №257	200	Компот из св. ягод	0.17	0.35	25.79	116.3
							<b>597,8/570</b> <b>20%</b>
<i>ужин</i>	Питание детей 1987	100	Ватрушка с творогом	4,73	3,98	37,47	204,9
	Пермь 2008 №211	210	Ёжики	37,2	45,33	41,05	747,09
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	1	-	20.2	84.8
							<b>35%</b> <b>1000,6</b> <b>15%</b>
<i>Доп.ужин</i>	Таб. По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Снежок	2.9	2.5	4.0	50
				<b>255/250,8</b>	<b>127,3/124,9</b>	<b>318/318</b>	<b>2786/2758,2</b>
<b>4</b>							
	<b>Выход</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>

<i>завтрак</i>	Сб.Тутельяна№181	210	Пудинг творожный с повидлом	6,11	10.72	32.38	251
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	1,22	0,08	24,1	93,87
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	5.8	8.3	14.83	157
				4,08	3.54	17.58	118.6
							<b>663,6</b> <b>25%</b>
<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	110.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
							<b>450,7</b> <b>15%</b>
<i>обед</i>	Сб.Тутельяна№23	100	Салат из свежих помидор	1.1	6.14	4,3	77.7
	Инст. Питания 1983	300/250	Харчо	2.11 /1,14		11,54	141,94
	Сб.Тутельяна№229	250/200	Запеканка картофельная с мясом	9.75	12.3/10,14	4.3/3.8	107/105
	Сб.рец.1998 №1029	50	Соус	2.35	4.95	4,13	327,34
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод и яблок	5,18	17,87	53,7	300,2
							<b>1042,7/948,4</b> <b>30%</b>
<i>ужин</i>	Инст. Питания 1983	100	Сырные рогалики	6,59	6,84	52,05	339,5
	Сб.Тутеляна№259	130	Куры отв.	21.29	23.78	21.79	387.7
	Сб.Тутельяна №286	200	Пшено отв.	0.35	25.5	24.87	365.9
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	0.1	0,2	5.8	36
							<b>899,6</b> <b>20%</b>
<i>Доп.ужин</i>	Таб. По Скурихину	60	Бутерброд с колбасой	2.3	12.45	22,4	76.3
	Сб.Тутельяна№386	200	Кисель	2.9	2.5	4.0	50
				<b>126,5/116,9</b>	<b>132,4/112,1</b>	<b>425,4/423,2</b>	<b>188,8</b> <b>3056/2988,7</b>
<b>5</b>							
	<b>Выход</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>

<i>завтрак</i>	Сб.Тутельяна№210	140	Каша рисовая	14.42	23.8	2.24	240
	Сб.Тутельяна№50	100	Яицо вар.	4.6	9.38	7.19	131.9
	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
							<b>653,1</b> <b>25%</b>
<i>2 завтрак</i>	Сб.рец.1998 №17	60	Вафля	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
							<b>560.2</b> <b>15%</b>
<i>обед</i>	Сб.Тутельяна№67	100	Салат из свежих огурцов	1.4	10.04	7.29	125.1
	Сб.Тутельяна№113	300/250	Свекольник	3.1/2/8	6.7/5.6	14.08/13.9	140.3/135.2
	Сб.Тутельяна№290	130/100	Котлета	23.3/20.8	23.5/21.7	0.42/0.24	332/298.6
	Сб.Тутельяна№171	200	Макароны отв.	2.35	4.95	4.13	327.34
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св.ягод	0.16	0.16	27.88	114.6
							<b>1132,1/1076,2</b> <b>30%</b>
<i>ужин</i>	Питание детей 1987	100	Пирожок с рыбой	5,69	6,44	31	205
	Сб.Тутельяна№256	100	Азу	24,5	8,54	4,18	191,1
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	5,29	7,55	43,1	262,7
							<b>694,8</b> <b>25%</b>
<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	4.0	50
				<b>133/129,3</b>	<b>146,8/143,7</b>	<b>314/308,6</b>	<b>388.5</b> <b>10%</b> <b>3052,4/2996,5</b>
<b>6</b>							
	<b>Выход</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>

завтрак	Сб.Тутельяна№182	210	Каша пшеничная	7,82	12.83	34.27	285
	Сб.Тутеляна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	1.3	3.2	6.2	59.6
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	5.8	8.3	14.83	157
				4,08	3.58	17.58	118.7
							<b>661,6</b> <b>20%</b>
2 завтрак	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	1.52	1.35	15.9	81
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							<b>394,6</b> <b>10%</b>
обед	Сб.Тутельяна№20	100	Винегрет	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	140	Печень по - деревенски	25,3/16,8	23,5/15,7	44,8/38,5	487,1/337,5
	Сб.Тутельяна№264	200	Гречка отв.	0/63	-	40,15	157,22
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св.вишни.	.0.89	0.25	35.57	156.87
							<b>896,3/737,7</b> <b>30%</b>
ужин	Питание детей 987	100	Пирожок с яблоками	24,44	18,29	37,53	413,1
	Пермь 2008 №170	300	Рыба под овощами	14,92	9,91	5,5	170,87
	Сб.Тутельяна№199	200	Картофель отварной с маслом	18.18	9.14	46.7	340
	Сб. Тутельяна№386		Кисель	2.9	2.5	4.0	50
							<b>723,5</b> <b>30%</b>
Доп.ужин	Таб. По Скурихину	60	Вафли	4.4	11.3	39.2	276
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	2.9	2.5	4	50
				<b>132,9/124,2</b>	<b>122,8/114,3</b>	<b>359/350,9</b>	<b>388.5</b> <b>10%</b> <b>3058,1/2899,57</b>
<b>7</b>							
	<b>Выход</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>

<i>завтрак</i>	Сб.Тутельяна№183	210	Каша гречневая	9.09	12.99	35.18	295
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	2.2	5.6	6.6	162.3
	Сб.Тутельяна№338	200	Кофе	5.8	8.3	14.83	157
							<b>653,7</b> <b>20%</b>
<i>2 завтрак</i>	Сб.Тутельяна№6	50	Вафли	5.3	8.26	14.82	155
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	0,68	-	21.01	46.87
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							<b>398.2</b> <b>10%</b>
<i>обед</i>	Сб.Тутельяна№47	100	Салат из свеж. капусты	1.7	5	8.45	85.7
	Сб.Тутельяна№104	300/250	Рассольник	9.9/8.89	7.02/6.59	13.9/13.5	160.7/159.8
	Сб.Тутельяна№278	220	Гуляш	7.86	7.98	9.32	140.98
	Сб.Тутельяна№202	200	Перловка отв.	7.28	7,71	40.61	260.9
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод	0.16	0.16	27.88	114.6
							<b>883,6/844,2</b> <b>25%</b>
<i>ужин</i>	Питание детей 1987	100	Пирожок с картофелем	9,31	7,63	40,46	357,6
	Сб.Тутельяна№288	100	Колбаса отв.	23.48	25.82	0,48	328
	Сб.Тутельяна№128	210	Гороховое пюре	4.34	12.38	25.18	241
	Пермь 2008 №274	200	Напиток из шиповника	1,36	-	29,02	116,19
							<b>1127</b> <b>35%</b>
<i>Доп.ужин</i>	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4.4	11.3	39.2	276
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	2.9	2.5	4	50
				<b>110,6/109,5</b>	<b>144,4/142,6</b>	<b>338,1/333,5</b>	<b>388.5</b> <b>10%</b> <b>3393,3/3353,9</b>
<b>8</b>							
	<b>Выход</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>



завтрак	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
							<b>527,5</b> <b>20%</b>
2 завтрак	Таб. по Скурихину	60	Гренки с сыром	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№338	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	100.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
							<b>471,7</b> <b>10%</b>
обед	Сб. Тутельяна№23	100	Салат из свежих помидор	1,26	10,14	8,32	129,26
	Сб.Тутельяна№102	300/250	Суп с фрикадельками	10.2/9.83	9.25/8.88	18.5/16.8	170/169.34
	Сб.рец.1998 №643	140	Тефтели	44/35,2	38,9/31,1	18,3/14,6	496,6/397,3
	Сб.Тутельяна№171	200	Картофельное пюре	5.18	6,78	53,7	300,2
	СбТутельяна№342	200	Компот из св. ягод и яблок	0.16	0.16	27.88	114.6
							<b>1085,5/1005,9</b> <b>35%</b>
ужин	Сб.Тутельяна№368	100	Булка с посыпкой	10,24	19,18	65,26	471,4
	Сб.Тутельяна№321	200	Плов из кур	4.13	6.48	18.85	150.27
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	0.1	0.026	0.02	0.7
							<b>1032</b> <b>30%</b>
Доп.ужин	Таб. По Скурихину	60	Вафли	4.4	11.3	39.2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Молоко	2.9	2.5	4	50
				<b>127,8/119,5</b>	<b>151,9/144,9</b>	<b>408,2/407,2</b>	<b>388.5</b> <b>10%</b> <b>3381/3301,5</b>

9

		<i><b>Выход</b></i>		<i><b>Б</b></i>	<i><b>Ж</b></i>	<i><b>У</b></i>	<i><b>К</b></i>
<i><b>завтрак</b></i>	Сб.Тутельяна№182	200	Омлет с сыром	5.1	19.72	33.42	251
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№338	200	Кофе	4.08	3.54	17.58	118.6
							<b>703</b>
							<b>25%</b>

<i>2 завтрак</i>	Сб.Тутельяна№7	50	Печенье	5.58	8.32	14.84	157
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	3.17	2.68	15.9	100.6
	Сб.Тутельяна№ 338	100	Фрукты	0.6	0,6	14.7	70.3
							<b>167,3</b> <b>15%</b>
<i>обед</i>	Сб.Тутельяна№67	100	Салат из свежих огурцов	1.1	6.11	4.3	77.7
	Сб. Тутельяна№84	300/250	Борщ с фасолью	9.54/8.16	11.23/10.23	16.08/14.79	198.65/195.04
	Сб.Тутельяна№259	230	Бигус	21.29	23.78	21.79	387.7
	СбТутельяна№34	200	Компот из свежих ягод	0,16	.016	27.88	114.6
							<b>763,5/574,2</b> <b>25%</b>
<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№232	200	Пшено отв.	2	0,2	5,8	36
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	0.1	0.26	.0.7	0.7
							<b>400,4</b> <b>15%</b>
<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
				<b>123,3/112,7</b>	<b>152,8/139,9</b>	<b>368,7/361,6</b>	<b>388.5</b> <b>10%</b> <b>3263,8/3074,5</b>

**10**

		<i><b>Выход</b></i>		<i><b>Б</b></i>	<i><b>Ж</b></i>	<i><b>У</b></i>	<i><b>К</b></i>
<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№382	200	Какао	3.17	2.68	15.9	100.6
							<b>776,8</b> <b>20%</b>
<i>2 завтрак</i>	Таб. По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№338	200	Кофе	4,08	3.54	17.58	118.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							<b>527.7</b> <b>15%</b>

<i>обед</i>	Сб.Тутульяна№23	100	Салат из св. помидор	1,96	8,14	22,84	174,5
	Сб.Тутельяна№265	300/250	Суп Овощной	18,92/15,7	13,1/10,9	46,3/38,6	382,5/318,7
	Сб.Тутельяна№268	100	Куры в соусе	16.5	24.2	14.32	344
	Сб.Тутельяна№202	200	Вермишель отвар.	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
							<b>1024,3/960,4</b> <b>30%</b>
<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	Перловка отв.	2,74	7,04	26,97	187,4
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	1	-	20.2	84.8
							<b>1006</b> <b>30%</b>
<i>Доп.ужин</i>	Таб. по Скурихину	60	Бутер. с джемом	2.3	12.45	22.4	76.3
	Сб.Тутельяна№386	200	Кисель	2.9	2.5	4	50
				<b>130,7/127,5</b>	<b>135,3/133</b>	<b>471/463,3</b>	<b>188.8</b> <b>10%</b> <b>3307,9/3144</b>
<b>За 10 дней</b>				<b>1487,7</b> <b>1431,6</b>	<b>1429,4</b> <b>1364,3</b>	<b>3805,6</b> <b>3760,7</b>	<b>31100,5/</b> <b>22700,9</b>
<b>За 1 день</b>				<b>148,8</b> <b>143,2</b>	<b>143</b> <b>136,4</b>	<b>380,6</b> <b>376,1</b>	<b>3110</b> <b>2270</b>