

Согласовано:

Директор МАОУ гимназия №94
С. А. Ярославцев

Утверждаю:

Директор ООО "Каскад"
Н.А. Елькина

" " "

2025 г.

2025 г.

Основное десятидневное меню для детей, обучающихся в 5-11 классах с сахарным диабетом

1 день (понедельник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№1(2004)	Бутерброд с маслом, сыром (ржаной хлеб)	10/10/25	4,24	2,63	10,99	0,29	10,29	155,00
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	50/50	15,02	0,32	9,73	3,99	6,88	171,10
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	37,52	200,74
№692(2004)	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	0,05	0,15	1,60
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак'			25,77	2,98	26,85	5,30	67,10	585,29

Обед

№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гречками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№401 (1996)	Котлеты особые с отрубями	100	15,59	0,00	13,13	2,63	7,16	208,00
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	3,02	0,03	6,50	1,42	42,37	225,50
№331(1982)	Кукуруза консервированная отварная с маслом сливочным (поджаривание)	30	0,53	0,00	0,70	0,10	2,79	19,46
ТТК	Напиток из брусники (без сахара)	200	2,70	0,00	2,51	0,00	15,78	74,46
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0	0,58	0,58	20,43	97,75
Итого за 'Обед'			29,34	1,12	28,92	5,12	112,93	787,31
Итого за день			54,47	4,10	55,77	10,42	180,03	1372,60

2 день (вторник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№1(2004)	Бутерброд с сыром (хлеб ржаной)	10/25	4,19	2,58	2,90	0,29	10,22	81,74
№257 (1996)	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом сливочным (без сахара)	250/5	9,10	3,31	7,71	0,00	55,05	315,32
пром.	Творожок "наша маша" классический	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20
№692 (2004)	Молоко кипяченое	200	5,75	6,12	4,64	0,00	9,22	100,44
пром.	Хлеб ржаной	40	2,58	0,00	0,46	0,46	16,34	75,80
Итого за 'Завтрак'			30,62	12,01	20,71	0,75	94,83	669,50

Обед

ПОЭРП Распоряжением Свердловской области 2018/год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№401 (1996)	Гуляш из говядины	60/50	18,64	0,00	11,25	2,42	6,10	201,20
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	4,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
№647(1996)	Напиток вишневый без сахара	200	0,47	0,00	2,61	0,00	2,62	32,49
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0	0,58	0,58	20,43	97,75
Итого за 'Обед'			28,93	0,28	27,40	8,84	87,41	710,09
Итого за день			59,55	12,29	48,11	9,59	182,24	1379,59

3 день (среда)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
№1(2004)	Бутерброд с сыром (хлеб ржаной)	15/25	5,48	3,87	4,20	0,29	10,22	98,92
№43 (2003)	Суфле "Рыбка" из филе минтая	100	11,88	1,58	11,82	1,77	15,74	213,11
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	29,08	183,63
№692(2004)	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	0,05	0,15	1,60
пром.	Хлеб ржаной	40	2,58	0,00	0,46	0,46	16,34	75,80
Итого за 'Завтрак'			23,99	6,29	22,92	3,17	71,53	573,06

Обед

№75(1996)	Икра морковная	100	1,72	0,00	7,45	7,45	12,17	117,48
139/3 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	2,00	2,45	19,61	135,98
№470(2004)	Фрикадельки в соусе из говядины	50/50	8,40	0,01	6,55	0,81	10,55	134,51
ТТК	Булгур с овощами	180	6,38	0,01	3,10	0,07	40,18	204,38
№588(1996)	Компот из кураги без сахара	200	1,27	0,00	0,07	0,07	16,91	63,38
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0	0,58	0,58	20,43	97,75
Итого за 'Обед '			27,74	0,02	19,75	11,43	119,85	753,48
Итого за день			51,73	6,31	42,67	14,60	191,38	1326,54

4 день (четверг)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
№261 (1996)	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным (без сахара)	250/5	10,48	3,43	9,00	2,02	48,50	315,49
ТТК	Блины классические с маслом сливочным	100/5	4,34	0,02	10,41	2,45	0,04	111,19
№692 (2004)	Молоко кипяченое	200	5,75	6,12	4,64	0,00	9,22	100,44
	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб ржаной	40	2,58	0,00	0,46	0,46	16,34	75,80
Итого за 'Завтрак '			23,53	9,57	24,86	5,33	84,66	647,37

Обед

№572 (2004)	Овощи свежие (огурец, помидор)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	50,51
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
№394 (1996)	Жаркое по-домашнему	50/200	14,42	0,00	12,61	10,61	37,83	361,35
№705 (2004)	Отвар шиповника	200	0,67	0,00	0,27	0,27	14,01	53,51
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0	0,58	0,58	20,43	97,75
Итого за 'Обед '			24,26	0,25	22,66	16,7	87,61	683,58
Итого за день			47,79	9,82	47,52	22,03	172,27	1330,95

5 день (пятница)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
ТТК	Помидор пикантный	50/5	0,53	0,00	5,00	3,76	2,55	56,75
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным	75	8,49	0,04	6,49	0,07	4,96	120,62
№274 (1996)	Макароны с сыром	180	10,86	5,20	11,97	0,67	37,84	321,16
№630(1996)	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	0,05	0,15	1,60
пром.	Хлеб ржаной	40	2,58	0,00	0,46	0,46	16,34	75,80
Итого за 'Завтрак'			22,66	5,24	23,97	5,01	61,84	575,93

Обед

№129/3 (1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	19,47	129,99
№390 (1996)	Свинина тушеная	75/50	15,12	0,00	15,95	3,54	5,29	180,19
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,58	0,04	7,19	0,64	49,03	278,86
№647(1996)	Напиток вишневый без сахара	200	0,47	0,00	2,61	0,00	2,62	32,49
пром.	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0	0,58	0,58	20,43	97,75
Итого за 'Обед '			26,16	0,29	32,48	9,75	107,40	763,74
Итого за день			48,82	5,53	56,45	14,76	169,24	1339,67

6 день (понедельник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
№1(2004)	Бутерброд с сыром (хлеб ржаной)	15/25	5,48	3,87	4,20	0,29	10,22	98,92
ТТК	Палочки рыбные	90	15,14	0,78	6,99	5,49	18,70	193,98
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	29,08	183,63
№692(2004)	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	0,05	0,15	1,60
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак'			26,61	5,49	17,98	6,78	70,41	534,98

Обед

№16 (2004)	Салат из свежих огурцов с льняным маслом	100	0,71	0,00	9,88	7,43	3,09	102,14
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	3,15	0,25	5,65	2,65	11,08	115,39
ТТК	Грудка цыпленка тушенная с овощами и соусом "ароматная"	50/50	15,16	0,22	8,92	4,01	6,37	164,70
ТТК	Макаронные изделия отварные "Ассорти"	180	6,62	0,03	5,87	0,78	32,00	156,00
ТТК	Напиток фруктово-ягодный (без сахара)	200	0,26	0,00	0,00	0,00	1,97	8,54
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0,00	0,58	0,58	20,43	94,75
Итого за 'Обед '			29,13	0,50	30,90	15,45	74,94	641,52
Итого за день			55,74	5,99	48,88	22,23	145,35	1176,51

7 день (вторник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	1,03	41,11
№403 (1996)	Плов (со свиной)	250	14,88	0,00	18,98	8,92	43,20	383,49
№630(1996)	Чай с молоком (без сахара)	200	1,50	1,42	1,24	0,02	2,41	26,43
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
пром.	Йогурт	125	4,99	5,30	1,71	0,00	6,95	65,98
Итого за 'Завтрак '			23,55	6,72	25,25	11,52	65,85	573,86

Обед

139/3 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№424 (1996)	Биточки паровые из говядины с отрубями	100	15,70	0,02	9,96	0,26	9,01	185,55
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,20	0,03	5,84	1,44	27,09	174,83
пром.	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток из брусники (без сахара)	200	2,70	0,00	2,51	0,00	15,78	74,46
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0,00	0,58	0,58	20,43	94,75
Итого за 'Обед '			32,95	0,05	26,29	5,13	102,48	705,03
Итого за день			56,50	6,77	51,54	16,65	168,33	1278,89

8 день (среда)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
№1(2004)	Бутерброд с маслом, сыром (ржаной хлеб)	10/10/25	4,24	2,63	10,99	0,29	10,29	155,00
№334(2004)	Яйцо отварное	40	4,98	4,98	4,51	0,00	0,27	61,53
№35 (2003)	Каша "Дружба" со сливочным маслом без сахара	250/5	8,90	3,48	8,30	1,28	47,99	301,49
№692(2004)	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	0,05	0,15	1,60
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак '			20,26	11,09	24,20	1,97	70,96	576,46

Обед

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	50,51
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гречкой	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
ТТК	Индейка тушеная	100	14,49	0,22	10,93	4,01	6,37	180,14
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,58	0,04	7,19	0,64	49,03	278,86
№588(1996)	Компот из кураги без сахара	200	1,27	0,00	0,07	0,07	16,91	63,38
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0,00	0,58	0,58	20,43	94,75
Итого за 'Обед '			28,77	1,35	24,42	5,84	121,40	829,79
Итого за день			49,03	12,44	48,62	7,81	192,36	1406,25

9 день (четверг)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
ТТК	Огурчик пикантный	15/2	0,12	0,00	1,48	1,11	0,52	15,55
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	100	13,83	0,00	11,87	3,92	14,38	218,26
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	29,08	183,63
№630(1996)	Чай с молоком (без сахара)	200	1,50	1,42	1,24	0,02	2,41	26,43
пром.	Хлеб ржаной	40	2,58	0,00	0,46	0,46	16,34	75,80
Итого за 'Завтрак '			21,88	2,26	21,44	6,11	62,73	519,68

Обед

ТТК	Салат из свежих помидор с льняным маслом	100	0,97	0,00	9,96	7,52	4,59	110,96
Фонд диеты по рецептам Республиканской Санитарной службы 2011 года	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
ТТК	Плов с грудкой цыпленка, булгуром	50/200	22,89	0,00	15,67	12,78	55,54	442,26
№647(1996)	Напиток вишневый без сахара	200	0,47	0,00	2,61	0,00	2,62	32,49
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0,00	0,58	0,58	20,43	94,75
Итого за 'Обед '			29,53	0,25	35,91	25,94	97,44	804,42
Итого за день			51,41	2,51	57,35	32,05	160,17	1324,10

10 день (пятница)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
№1(2004)	Бутерброд с сыром (хлеб ржаной)	15/25	5,48	3,87	4,20	0,29	10,22	98,92
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	15,23	15,23	20,01	2,25	2,80	251,71
№692(2004)	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,05	0,05	0,15	1,60
пром.	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0,00	0,58	0,58	20,43	94,75
Итого за 'Завтрак '			24,52	19,10	25,19	3,57	44,16	491,44

Обед

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гречкой	250/10	4,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№423 (2004)	Бефстроганов из говядины	60/50	10,80	10,05	13,70	5,85	6,24	242,28
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток фруктово-ягодный (без сахара)	200	0,26	0,00	0,00	0,00	1,97	8,54
пром.	Хлеб ржаной	50	3,23	0,00	0,58	0,58	20,43	94,75
Итого за 'Обед '			24,78	10,08	23,97	11,68	94,47	741,97
Итого за день			49,30	29,18	49,16	15,25	138,63	1233,40

Согласовано
Директор МАОУ - гимназия №94
С.А.Ярославцев
" " 2025 г.

Утверждаю
Директор ООО "Каскад"
Н.А.Елькина
" " 2025 г.

Основное десятидневное меню обедов для детей, обучающихся в 1-4 классах

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным одноразовым питанием (обед), обучающихся во вторую смену, в размере 162 рублей 95 копеек)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
Обед 1 день								
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	60/50	10,84	0,32	10,07	3,99	5,35	156,44
ТТК	Сложный гарнир (рис припущенный с куркумой, фасоль отварная с маслом сливочным)	100/50	8,53	0,03	5,56	0,34	32,75	300,25
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед'			27,94	0,60	24,39	9,37	116,57	852,77
Обед 2 день								
Роспотребнадзора по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№401 (1996)	Гуляш из говядины	50/50	15,63	15,01	12,15	4,80	4,01	187,31
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	38,65	212,18
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	20,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 2 день'			27,11	15,28	27,21	10,97	100,61	721,69
Обед 3 день								
139/3 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	2,00	2,45	19,61	135,98
№320 (1996)	Рыба запеченная под молочным соусом с сыром (филе минтая)	90	13,72	2,09	9,72	1,30	9,07	175,21
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	7,33	0,50	23,40	153,04
№468 (1996)	Горошек зеленый консервированный отварной (дополнительный гарнир)	30	0,43	0,01	3,91	0,06	3,94	26,49
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 3 день'			28,64	2,80	23,50	4,84	107,62	707,17

Обед 4 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
№394 (1996)	Жаркое по-домашнему	50/200	14,42	0,00	12,61	10,61	37,83	361,35
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 4 день'			24,00	0,25	22,36	16,40	103,45	715,10

Обед 5 день

№129/3(199	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	19,47	129,99
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным	90	20,33	2,06	8,20	0,08	5,29	176,48
№274 (1996)	Макароны с сыром	150	5,06	4,34	9,62	0,56	35,54	267,50
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 5 день'			26,76	6,66	26,71	5,69	102,99	772,21

Обед 6 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
ТТК	Палочки рыбные	90	15,14	0,78	6,99	5,49	18,70	193,98
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	20,11	96,32
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	2,00	0,59	10,81	118,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 6 день'			28,36	2,32	23,85	12,15	107,50	792,64

Обед 7 день

№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	3,05	2,45	15,61	130,98
№390 (1996)	Свинина тушеная	75/50	15,12	0,00	15,95	3,54	5,29	180,19
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	2,52	0,03	5,42	1,18	35,31	187,92
ТТК	Напиток из брусники	200	0,70	0,00	2,51	0,00	29,25	133,66
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
Итого за 'Обед 7 день'			28,98	0,03	27,76	8,05	119,42	787,20

Обед 8 день

№572 (2004)	Овощи свежие (огурец, помидор)	60	0,56	0,00	0,09	0,09	2,56	12,31
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
ТТК	Индейка тушеная	100	14,49	0,22	10,93	4,01	6,37	180,14
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	150	3,82	0,03	5,99	0,54	40,86	232,39
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 8 день'			27,68	1,34	23,05	5,57	125,78	803,42

Обед 9 день

Рисовый надзор по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	90	12,44	0,00	10,68	3,53	12,94	196,44
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	2,00	0,59	10,81	118,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90

Итого за 'Обед 9 день '

22,87 1,54 28,19 10,16 102,10 790,52

Обед 10 день

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гречками	250/10	4,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№423 (2004)	Бефстроганов из говядины	50/50	10,80	10,05	13,70	5,85	6,24	242,28
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	20,11	96,32
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90

Итого за 'Обед 10 день '

25,03 10,08 23,87 11,58 115,58 844,98

Согласовано
Директор МАOU Гимназия № 94
С.А.Ярославцев
" " 2025 г.

Утверждаю
Директор ООО "Каскад"
Н.А.Елькина
" " 2025 г.

Основное десятидневное меню обедов для 5-11 классов

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным одноразовым питанием (обед) обучающихся во вторую смену, в размере 192 рублей 84 копеек и родительская плата в размере 192 рублей 84 копеек)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
Обед 1 день								
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	75/50	15,02	0,32	10,58	3,99	8,05	209,50
ТТК	Сложный гарнир (рис припущенный с куркумой, фасоль отварная с маслом сливочным)	120/60	11,44	0,03	6,67	0,41	37,60	271,28
	Выпечка в ассортименте	50	0,26	0,59	2,84	0,59	5,81	108,84
ТТК	Напиток из брусники	200	0,10	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
прорм.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед'			31,95	1,19	28,77	9,95	124,85	961,67
Обед 2 день								
Риспозребнадзора по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№401 (1996)	Гуляш из говядины	60/50	18,64	0,00	11,25	2,42	6,10	201,20
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед 2 день'			32,61	0,28	27,49	8,93	114,22	821,07
Обед 3 день								
139/3 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	3,05	2,45	19,61	140,98
№320 (1996)	Рыба запеченная под молочным соусом с сыром (филе минтая)	75/30	14,57	2,09	12,89	1,30	10,82	201,50
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,86	0,84	8,40	0,60	28,08	205,00
№468 (1996)	Горошек зеленый консервированный отварной (дополнительный гарнир)	30	1,43	0,01	5,91	0,06	3,94	56,49
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 3 день'			31,14	2,94	30,79	4,94	114,06	820,42

Обед 4 день

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	50,51
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	2,01	0,25	10,05	5,09	13,02	212,00
№394 (1996)	Жаркое по-домашнему	50/200	21,05	15,48	18,00	4,57	30,30	404,21
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	58,07	99,27
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед 4 день'			28,47	15,73	28,93	10,54	133,14	894,93

Обед 5 день

№129/3(199	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	17,47	129,99
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным	100/5	15,06	0,05	7,68	0,10	9,71	164,06
№274 (1996)	Макароны с сыром	180	8,87	5,21	13,95	0,67	39,84	321,01
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
Итого за 'Обед 5 день'			30,68	5,51	30,87	6,24	118,27	857,75

Обед 6 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
ТТК	Палочки рыбные	120	20,18	1,04	9,32	7,32	24,94	258,64
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	28,08	183,65
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	21,00	162,87
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	2,00	0,59	10,81	118,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 6 день '			33,30	2,72	27,16	14,00	114,23	930,42

Обед 7 день

№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	3,05	2,45	15,61	130,98
№390 (1996)	Свинина тушеная	75/50	15,12	0,00	15,95	3,54	5,29	180,19
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	3,02	0,03	6,50	1,42	42,37	225,50
ТТК	Напиток из брусники	200	1,70	0,00	2,51	0,00	19,00	133,66
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	2,84	0,59	20,80	158,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 7 день'			30,62	0,62	31,25	8,40	121,39	915,14

Обед 8 день

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	40,51
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
ТТК	Индейка тушеная	100	14,49	0,22	10,93	4,01	6,37	180,14
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,58	0,04	7,19	0,64	49,03	278,86
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 8 день'			28,81	1,35	24,31	5,73	135,65	878,10

Обед 9 день

Роспотребнадзор по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	100	13,83	0,00	13,84	3,89	14,39	318,06
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	5,39	0,60	28,08	183,65
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
	Выпечка в ассортименте	50	3,26	0,59	3,84	0,59	30,81	158,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 9 день'			26,90	1,68	33,25	10,62	128,23	982,75

Обед 10 день

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гренками	250/10	3,98	0,00	4,80	4,60	19,18	184,20
№423 (2004)	Бефстроганов из говядины	50/50	16,80	16,05	16,82	5,85	6,24	242,28
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	33,99	200,62
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	2,84	0,59	30,81	108,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 10 день'			31,66	16,67	30,73	12,22	133,65	918,23

Согласовано

Директор МАОУ - гимназия №94

С.А.Ярославцев

2025 г.



Утверждаю

Директор ООО "Каскад"

Н.А.Елькина

2025 г.

**Основное десятидневное меню обедов для 1-4 классов**

(за счет средств родителей в размере 160 рублей 00 копеек)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углев- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед 1 день								
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№474 (1997)	Котлеты особые с отрубями	90	14,03	0,00	11,82	2,37	6,44	187,20
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	24,31	157,92
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	30,81	128,84
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			30,30	1,71	27,03	5,01	148,61	909,76
Обед 2 день								
ФБУН ЕМНЦ ПОЗРП Роспотребнадзора по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№416 (1996)	Шницель из говядины с отрубями	90	13,50	0,61	10,24	3,32	12,50	190,20
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
Итого за 'Обед 2 день'			24,88	0,89	23,05	9,91	116,34	751,55
Обед 3 день								
139/3 (1996г.	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№470(2004)	Фрикадельки в соусе из говядины	50/50	8,40	0,01	6,55	0,81	10,55	134,51
ТТК	Булгур с овощами	150	4,32	0,01	4,59	0,06	33,49	190,32
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 3 день'			23,38	0,61	19,99	4,41	123,31	756,19
Обед 4 день								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток вишневый	200	0,10	0,00	0,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 4 день'			22,29	0,95	26,49	12,68	102,42	716,21

Обед 5 день

№129/3 (1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	3,80	4,59	17,47	129,99
№390 (1996)	Свинина тушеная	60/50	12,09	0,00	12,76	2,83	4,23	144,15
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	150	3,80	0,02	5,20	2,74	20,80	200,73
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	1,53	0,00	25,11	106,32
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 5 день '			23,27	0,86	25,07	11,23	111,82	820,03

Обед 6 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	9,08	120,46
ТТК	Грудка цыпленка тушенная с овощами и соусом "ароматная"	60/50	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 6 день '			37,10	0,50	29,26	12,20	115,32	794,91

Обед 7 день

139/3 (1996г.)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№424/3 (1996)	Биточки мясные паровые с отрубями(говядина,свинина)	90	14,30	0,02	8,90	0,24	6,40	187,08
№486 (1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0,00	7,06	7,06	18,15	142,54
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 7 день '			27,97	0,61	24,81	10,84	103,82	760,99

Обед 8 день

№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
ТТК	Индейка тушеная	90	13,04	0,19	9,83	3,60	5,73	162,12
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	24,31	157,92
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 8 день'			26,75	1,31	21,64	6,11	116,59	743,08

Обед 9 день

ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	5,09	5,06	14,26	123,96
ТТК	Бедро цыпленка запеченное по домашнему	100	15,02	0,06	12,50	0,25	0,44	173,36
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	3,82	0,51	39,63	216,96
ТТК	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	2,61	0,00	18,29	88,24
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 9 день'			25,41	0,93	25,80	6,89	116,83	841,36

Обед 10 день

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гренками	250/10	4,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями	90	13,36	0,13	11,03	2,44	10,21	192,36
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	1,53	0,00	25,11	106,32
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 10 день'			27,97	0,16	23,08	8,57	135,11	849,52

Согласовано

Директор МАОУ - гимназия №94

С.А.Ярославцев

2025



Утверждаю

Директор ООО "Каскад"

Н.А.Елькина

2025 г.

**Основное десятидневное меню обедов для 5-11 классов**

(за счет средств родителей в размере 160 рублей 00 копеек)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угледо- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед 1 день								
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№474 (1997)	Котлеты особые с отрубями	100	15,59	0,00	13,13	2,64	7,15	207,97
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,20	0,03	5,84	1,44	27,09	174,83
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	30,81	128,84
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			29,84	1,71	26,25	5,54	131,82	854,52
Обед 2 день								
ФБУН ЕМНЦ ПОЗРП Роспотребнадзора по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№702 (1982)	Рагу из птицы (филе)	260	20,51	0,03	10,48	3,53	29,01	288,69
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток вишневый	200	0,39	0,39	2,17	0,00	31,80	101,41
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 2 день'			27,51	0,67	20,65	9,55	114,10	692,53
Обед 3 день								
139/3 (1996г.	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№470(2004)	Фрикадельки в соусе из говядины	50/50	8,40	0,01	6,55	0,81	10,55	134,51
ТТК	Булгур с овощами	180	6,38	0,01	3,10	0,07	40,18	204,38
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 3 день'			25,44	0,61	18,50	4,42	130,00	770,25
Обед 4 день								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	28,08	183,63
ТТК	Напиток вишневый	200	0,10	0,00	0,61	0,00	17,29	88,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 4 день'			22,19	1,09	27,47	12,70	102,03	722,77

Обед 5 день

№129/3 (1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	3,80	4,59	17,47	129,99
№390 (1996)	Свинина тушеная	75/50	15,12	0,00	15,95	3,54	5,29	180,19
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,58	0,04	7,19	0,64	49,03	278,86
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	1,53	0,00	25,11	106,32
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 5 день '			27,08	0,88	30,25	9,84	141,11	934,20

Обед 6 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	9,08	120,46
ТТК	Грудка цыпленка тушенная с овощами и соусом "ароматная"	60/50	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 6 день '			38,21	0,50	30,24	12,72	110,70	837,42

Обед 7 день

139/3 (1996г.)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№424/3 (1996)	Биточки мясные паровые с отрубями (говядина, свинина)	100	15,70	0,02	11,96	0,26	9,01	205,55
№486 (1996)	Рагу из овощей	180	3,60	0,00	8,47	8,47	22,16	170,87
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 7 день '			29,96	0,61	29,28	12,27	110,44	807,79

Обед 8 день

№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№394 (1996)	Жаркое по-домашнему со свининой	50/200	15,04	0,00	17,50	4,57	30,30	336,34
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 8 день '			26,65	1,09	26,42	5,92	132,98	840,61

Обед 9 день

ФБУН ЕМНЦ ПОЗРП Роспотребнадзора по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	5,09	5,06	14,26	123,96
ТТК	Бедро цыпленка запеченное по домашнему	100	15,02	0,06	12,50	0,25	0,44	173,36
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	47,52	259,74
ТТК	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	2,61	0,00	18,29	88,24
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 9 день '			26,14	0,93	27,71	7,00	124,72	884,14

Обед 10 день

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гречками	250/10	4,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями	100	10,85	0,15	12,26	2,71	9,35	213,74
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,20	0,03	5,84	1,44	27,09	174,83
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	1,53	0,00	25,11	106,32
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 10 день '			25,15	0,18	25,26	9,63	124,69	833,54

Согласовано

Директор МАОУ- гимназия №94

С.А. Ярославцев

2025 г.

Утверждаю

Директор ООО "Каскад"

Н.А.Елькина

2025 г.

**Основное десятидневное меню обедов для 1-4 классов обучающихся в первую смену
за счет средств родителей в размере 160 рубля 00 копеек**

с пищевой аллергией на молоко, молочные продукты

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Обед 1 день								
№167 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
№474 (1997)	Котлеты особые с отрубями	90	14,03	0,00	11,82	2,37	6,44	187,20
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая с маслом растительным (гарнир)	150	4,49	0,00	5,48	5,48	24,27	158,23
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	30,81	128,84
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			27,96	0,59	25,96	13,29	135,17	843,90
Обед 2 день								
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,72	0,00	6,13	5,06	11,82	103,84
№416 (1996)	Шницель из говядины с отрубями	90	13,50	0,61	10,24	3,32	12,50	190,20
№469(1996)	Макаронные изделия отварные с растительным маслом	150	5,50	0,00	5,00	5,00	36,60	212,00
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток вишневый	200	0,39	0,39	2,17	0,00	21,74	101,41
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед 2 день'			26,40	1,00	24,56	14,45	125,78	804,87
Обед 3 день								
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№47 (2004)	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	90	12,40	0,02	10,13	0,24	7,80	167,39
ТТК	Булгур с овощами	150	4,32	0,01	4,59	0,06	33,49	190,32
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 3 день'			27,38	0,62	23,57	3,84	120,56	789,07

Обед 4 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,01	0,25	7,05	5,09	9,10	112,46
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
№472/3 (1996)	Пюре картофельное без молока с маслом сливочным	150	2,54	0,03	4,75	0,50	24,29	140,82
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток вишневый	200	0,10	0,00	0,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 4 день'			27,95	0,28	34,50	18,81	112,95	871,97

Обед 5 день

№129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	22,57	151,35
№390 (1996)	Свинина тушеная	75/50	15,12	0,00	15,95	3,54	5,29	180,19
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	150	3,80	0,02	5,20	2,74	20,80	200,73
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	1,53	0,00	25,11	106,32
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 5 день'			26,16	0,61	28,95	11,84	117,98	877,42

Обед 6 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,01	0,25	7,05	5,09	9,10	112,46
ТТК	Курица отварная (филе)	90	12,48	19,76	10,33	0,01	0,62	147,38
№469(1996)	Макаронные изделия отварные с растительным маслом	150	5,50	0,00	5,00	5,00	36,60	212,00
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 6 день'			24,36	20,01	25,82	10,98	97,57	714,52

Обед 7 день

139/3 (1996г.	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№424 (1996)	Биточки из говядины паровые с отрубями	90	14,16	0,02	8,98	0,24	8,16	187,08
№486 (1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0,00	7,06	7,06	18,15	142,54
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 7 день'			27,83	0,61	24,89	10,84	105,58	760,99

Обед 8 день

№167 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
ТТК	Индейка тушеная	90	13,04	0,19	9,83	3,60	5,73	162,12
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая с маслом растительным (гарнир)	150	4,49	0,00	5,48	5,48	24,27	158,23
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед 8 день'			25,06	0,19	20,68	14,50	107,24	696,17

Обед 9 день

№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
ТТК	Бедро цыпленка запеченное по домашнему	100	15,02	0,06	12,50	0,25	0,44	173,36
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой с маслом растительным	150	3,62	0,00	4,84	4,82	39,59	216,90
ТТК	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	2,61	0,00	18,29	88,24
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	20,81	128,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 9 день '			25,39	0,90	28,82	11,20	116,79	841,30

Обед 10 день

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гренками	250/10	4,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями	90	13,36	0,13	11,03	2,44	10,21	192,36
№469(1996)	Макаронные изделия отварные с растительным маслом	150	5,50	0,00	5,00	5,00	36,60	212,00
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	20,11	96,32
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 10 день '			27,96	0,13	21,66	12,92	130,06	839,33

Согласовано

Директор МАOU - гимназия №94

С.А.Ярославцев

" " 2025 г.

Утверждаю

Директор ООО "Каскад"

Н.А.Елькина

2025 г.

Основное десятидневное меню завтраков для 1-4 классов

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным питанием (завтрак) обучающихся в первую смену, в размере 108 рублей 64 копеек)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак 1 день								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	50/50	15,02	0,32	9,73	3,99	6,88	171,10
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак'			26,64	2,93	18,37	5,72	101,94	669,21
Завтрак 2 день								
№3(2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29
№257 (1996)	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	7,29	2,65	6,98	0,00	46,00	267,02
пром.	Творожок "наша маша" классический	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20
№692(2004)	Кофейный напиток с молоком	200,00	1,95	1,56	1,45	0,00	19,52	95,17
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 2 день'			23,70	4,26	22,73	1,22	106,06	707,67
Завтрак 3 день								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№43(2003)	Суфле "Рыбка" из филе минтая	90	10,69	1,42	10,62	1,58	14,17	191,7
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 3 день'			22,79	4,70	19,94	3,47	93,28	633,97
Завтрак4 день								
№257 (1996)	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200/10	8,07	2,83	10,82	1,65	37,89	279,82
ТТК	Блины классические со сгущенным молоком	50/10	5,02	0,71	7,20	2,45	5,44	105,66
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
Итого за 'Завтрак4 день'			18,90	6,52	21,69	5,25	85,43	601,86

Завтрак 5 день

ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным	70	9,79	0,04	6,07	0,07	6,32	116,47
№274 (1996)	Макароны с сыром	150	9,06	4,34	11,62	0,56	31,54	267,50
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 5 день'			22,95	4,38	21,23	3,43	77,95	587,90

Завтрак 6 день

№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
ТТК	Палочки рыбные	60	10,09	0,52	7,66	3,66	12,47	129,32
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 6 день'			22,19	3,80	16,98	5,55	91,58	571,59

Завтрак 7 день

№403 (1996)	Плов (со свиной)	200	15,59	0,00	20,43	7,38	41,20	410,56
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Йогурт	125	4,99	5,30	1,71	0,00	6,95	65,98
Итого за 'Завтрак 7 день'			24,36	5,30	22,67	7,91	86,71	646,41

Завтрак 8 день

№297 (1994)	Запеканка (сырники) из творога со сгущенным молоком	60/5	11,14	10,53	7,41	1,53	12,67	162,29
№35 (2003)	Каша "Дружба" со сливочным маслом	200/5	7,13	2,79	7,45	1,03	44,27	270,82
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 8 день'			25,73	16,30	18,50	3,63	101,73	666,96

Завтрак 9 день

ТТК	Огурчик пикантный	15	0,12	0,00	1,48	1,11	0,52	15,55
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	90	12,44	0,00	10,68	3,53	12,94	196,44
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 9 день'			20,14	0,70	18,13	5,78	79,17	551,32

Завтрак 10 день

№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	15,23	15,23	20,01	2,25	2,80	251,71
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
	Выпечка в ассортименте	50	3,08	0,40	1,52	0,50	30,39	144,66
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
Итого за 'Завтрак 10 день'			20,43	15,62	22,09	3,37	69,06	548,78

Согласовано

Директор МАОУ "Гимназия №94"

С.А. Ярославцев

" " 2025 г.

Утверждаю

Директор ООО "Каскад"

Н.А.Елькина

" " 2025 г.

Основное десятидневное меню завтраков для 5-11 классов

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным одноразовым питанием (завтрак) обучающихся в первую смену, в размере 128 рублей 56 копеек и родительская плата в размере 128 рублей и 56 копеек)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак 1 день								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	15/25	3,75	3,87	4,65	0,74	13,06	117,57
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	50/50	13,02	0,32	9,73	3,99	6,88	171,10
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	37,52	200,74
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак'			23,92	4,21	20,50	5,73	94,75	646,13
Завтрак 2 день								
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	7,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	4,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Творожок "наша маша" классический	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 2 день '			23,93	0,04	21,90	7,35	92,76	670,19
Завтрак 3 день								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№43 (2003)	Суфле рыбка	100	11,88	1,58	11,82	1,77	15,74	213,11
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	32,08	193,63
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 3 день'			24,56	5,00	22,19	3,75	103,19	693,42
Завтрак4 день								
№257 (1996)	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200/10	8,07	2,83	10,82	1,65	37,89	279,82
ТТК	Блины классические со сгущенным молоком	100/20	10,04	1,41	11,40	4,90	10,88	211,32
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	0,51	0,00	19,25	103,66
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
Итого за 'Завтрак4 день '			22,54	5,97	23,04	6,79	91,37	639,95

Завтрак 5 день

ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным	75	8,49	0,04	6,49	0,07	4,96	120,62
№274 (1996)	Макароны с сыром	180	10,86	5,20	11,97	0,67	37,84	321,16
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 5 день'			22,71	5,24	21,92	3,45	77,82	621,68

Завтрак 6 день

ТТК	Огурчик пикантный	15	0,16	0,00	1,98	1,49	0,69	20,74
ТТК	Палочки рыбные	90	15,14	0,78	6,99	5,49	18,70	193,98
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	29,08	183,63
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 6 день'			23,52	1,62	16,00	8,22	90,78	584,65

Завтрак 7 день

№390 (1996)	Свинина тушеная	60/50	12,09	0,00	12,76	2,83	4,23	144,15
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	3,02	0,03	6,50	1,42	42,37	225,50
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Йогурт	125	5,20	5,20	1,90	0,00	7,48	70,52
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 7 день'			24,74	5,23	21,81	4,90	96,73	629,00

Завтрак 8 день

№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/10/25	2,51	2,63	8,43	0,74	13,14	173,65
ТТК	Индейка тушенная	100	14,49	0,22	10,93	4,01	6,37	180,14
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,58	0,04	7,19	0,64	49,03	278,86
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 8 день'			24,62	2,89	27,01	5,85	102,02	778,51

Завтрак 9 день

ТТК	Огурчик пикантный	15	0,16	0,00	1,98	1,49	0,69	20,74
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	100	13,83	0,00	11,87	3,92	14,38	218,26
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	29,08	183,63
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 9 день'			22,21	0,84	20,88	6,65	86,46	608,93

Завтрак 10 день

№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями	100	10,85	0,15	12,26	2,71	9,35	213,74
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	32,00	156,00
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
	Выпечка в ассортименте	50	3,08	0,40	1,52	0,50	30,39	144,66
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 10 день'			23,53	0,58	20,10	4,44	104,88	657,72

Согласовано

Директор МАОУ-гимназия № 94

С.А.Ярославцев



Утверждаю

Директор ООО "Каскад"

Н.А.Елькина

2025 г.

[Signature]

Основное десятидневное меню завтраков для 1-4 классов

с пищевой аллергией на молоко, молочные продукты (завтрак) обучающихся в первую смену, в размере 108 рублей 64 копеек)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак 1 день								
ТТК	Огурчик пикантный (поджаривка)	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
№461 (1994)	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями	90	13,81	15,67	8,01	3,36	28,64	157,87
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак'			21,21	15,70	16,28	6,58	111,38	586,69
Завтрак 2 день								
№416 (1996)	Шницель из говядины с отрубями	100	17,95	0,68	11,36	3,67	17,04	239,02
ФБУН ЕМНЦ ПОЗРП Роспотребнадзора	Каша кукурузная (без молока) с маслом подсолнечным	250	2,03	0,00	6,41	6,12	22,29	150,53
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 2 день'			24,50	0,68	18,39	10,41	82,96	583,46
Завтрак 3 день								
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
№371 (2004)	Рыба припущенная (минтай)	100	17,62	0,00	1,11	0,01	12,42	123,46
№472/3 (199)	Пюре картофельное без молока с маслом сливочным	150	2,54	0,03	4,75	0,50	24,29	140,82
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 3 день'			25,57	0,03	9,56	3,47	85,17	508,25
Завтрак 4 день								
№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями	100	10,85	0,15	12,26	2,71	9,35	213,74
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая (без молока) с маслом сливочным	200/5	3,52	0,02	5,52	1,58	35,36	212,32
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 4 день'			18,53	0,17	18,67	5,23	93,83	640,40

Завтрак 5 день

ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями (безмолочное меню)	90	14,87	0,00	6,54	4,59	6,41	142,65
№469 (1996)	Макароны отварные	150	5,02	0,01	7,88	5,45	33,30	221,48
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 5 день'			24,73	0,01	18,04	12,92	84,87	592,08

Завтрак 6 день

ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
ТТК	Палочки рыбные	60	10,09	0,52	7,66	3,66	12,47	129,32
№472/3 (1996)	Пюре картофельное без молока с маслом сливочным	150	2,54	0,03	4,75	0,50	24,29	140,82
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 6 день'			18,04	0,55	16,11	7,12	85,22	514,11

Завтрак 7 день

№403 (1996)	Плов (со свиной)	200	15,59	0,00	20,43	7,38	41,20	410,56
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
Итого за 'Завтрак 7 день'			19,75	0,00	21,32	8,32	90,32	624,89

Завтрак 8 день

№424 (1996)	Биточки паровые из говядины с отрубями	90	12,17	0,02	8,98	0,24	8,16	167,07
№464 (1996)	Каша Дружба без молока с подсолнечным маслом	200	2,97	0,00	4,67	4,67	26,86	161,66
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 8 день'			20,25	0,02	14,37	5,63	82,40	539,05

Завтрак 9 день

ТТК	Огурчик пикантный	15	0,12	0,00	1,48	1,11	0,52	15,55
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	90	12,44	0,00	10,68	3,53	12,94	196,44
№472/3 (1996)	Пюре картофельное без молока с маслом сливочным	150	2,54	0,03	4,75	0,50	24,29	140,82
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 9 день'			20,21	0,03	17,63	5,86	85,13	563,13

Завтрак 10 день

ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№474 (1997)	Котлеты особые с отрубями	90	14,03	0,00	11,82	2,37	6,44	187,20
№469 (1996)	Макароны отварные	150	5,02	0,01	7,88	5,45	33,30	221,48
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Хлеб ржаной	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Завтрак 10 день'			23,15	0,01	23,24	10,62	79,83	612,61

Согласовано
Директор МАОУ-гимназия № 94
С.А.Ярославцев



Утверждаю
Директор ООО "Каскад"
Н.А.Евдокимова
2025 г.



Основное десятидневное меню завтраков для 5-11 классов

с пищевой аллергией на молоко, молочные продукты (завтрак обучающихся в первую смену, в размере 128 рублей 56 копеек)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак 1 день								
ТТК	Огурчик пикантный (подгарнировка)	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	0,74	31,11
№461 (1994)	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями	100	39,24	17,41	0,01	3,73	7,84	142,08
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	37,52	200,74
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак'			48,77	17,44	9,37	7,24	97,64	597,66
Завтрак 2 день								
№416 (1996)	Шницель из говядины с отрубями	100	17,95	0,68	11,36	3,67	17,04	239,02
ФБУН ЕМНЦ Роспотребнадзора	Каша кукурузная (без молока) с маслом подсолнечным	250	2,03	0,00	6,41	6,12	22,29	150,53
	№686 (2004) Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 2 день'			25,54	0,68	18,84	10,91	97,62	646,86
Завтрак 3 день								
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	1,03	41,11
№371 (2004)	Рыба припущенная (минтай)	100	17,62	0,00	1,11	0,01	12,42	123,46
№472 (1996)	Пюре картофельное без молока с маслом подсолнечным	180	3,02	0,00	5,79	5,79	26,70	169,53
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 3 день'			26,06	0,00	10,59	8,75	87,88	546,96
Завтрак 4 день								
№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями	100	10,85	0,15	12,26	2,71	9,35	213,74
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая (без молока) с маслом сливочным	200/5	3,52	0,02	5,52	1,58	35,36	212,32
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак 4 день'			19,28	0,17	18,74	5,30	98,91	664,43

Завтрак 5 день

ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями (безмолочное меню)	90	14,87	0,00	6,54	4,59	6,41	142,65
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44	254,69
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 5 день'			26,98	0,03	16,14	8,36	99,66	644,25

Завтрак 6 день

ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	1,03	41,11
ТТК	Палочки рыбные	90	15,14	0,78	6,99	5,49	18,70	193,98
№472 (1996)	Пюре картофельное без молока с маслом подсолнечным	180	3,02	0,00	5,79	5,79	26,70	169,53
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 6 день'			23,58	0,78	16,47	14,23	94,16	617,48

Завтрак 7 день

№403 (1996)	Плов (со свиной)	250	14,88	0,00	18,98	8,92	43,20	383,49
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
Итого за 'Завтрак 7 день'			19,69	0,00	19,98	9,97	96,41	616,78

Завтрак 8 день

ТТК	Индейка тушеная	100	14,49	0,22	10,93	4,01	6,37	180,14
№464 (1996)	Каша Дружба без молока с подсолнечным маслом	200/5	2,97	0,00	4,67	4,67	26,86	161,66
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 8 день'			22,64	0,22	16,32	9,40	80,96	554,66

Завтрак 9 день

ТТК	Огурчик пикантный	15	0,12	0,00	1,48	1,11	0,52	15,55
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	100	13,83	0,00	11,87	3,92	14,38	218,26
№472/3 (1996)	Пюре картофельное без молока с маслом подсолнечным	180	3,02	0,00	5,78	5,78	26,69	169,46
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 9 день'			22,08	0,00	19,85	11,53	88,97	613,59

Завтрак 10 день

ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями	100	10,85	0,15	12,26	2,71	9,35	213,74
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44	254,69
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак 10 день'			22,22	0,18	21,78	6,40	97,53	691,31

Согласовано
Директор МАОУ - гимназия №94
С.А.Ярославцев
" " 2025 г.

Утверждаю
Директор ООО "Каскад"
Н.А.Елькина
" " 2025 г.

Основное десятидневное меню завтраков и обедов для детей, обучающихся в 1-4 классах, являющимися лицами с ограниченными возможностями здоровья
(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным двухразовым питанием (завтрак и обед), в размере 271 рублей 59 копеек)

1 день (понедельник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	50/50	15,02	0,32	9,73	3,99	6,88	171,10
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак'			26,66	2,92	18,37	5,71	101,94	669,21

Обед

№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№474 (1997)	Котлеты особые с отрубями	90	14,03	0,00	11,82	2,37	6,44	187,20
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	24,31	157,92
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед'			31,07	0,03	23,38	6,94	117,28	764,35
Итого за день			57,73	2,95	41,75	12,65	219,22	1433,56

2 день (вторник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29
№257 (1996)	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	7,29	2,65	6,98	0,00	46,00	267,02
пром.	Творожок "наша маша" классический	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20
№692(2004)	Кофейный напиток с молоком	200.	1,95	1,56	1,45	0,00	19,52	95,17
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак			23,70	4,26	22,73	1,22	106,06	707,67

Обед

Роченбургское по Свердловской области ЗНКО	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№505 (2004)	Кнели из филе цыпленка (паровые)	90	16,33	2,06	8,20	0,08	5,29	176,48
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток вишневый	200	0,39	0,39	2,17	0,00	21,74	101,41
	Выпечка в ассортименте	50	1,26	0,59	1,30	0,59	30,81	128,84
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед'			27,72	2,73	23,18	6,67	111,90	768,48
Итого за день			51,42	6,99	45,91	7,89	217,96	1476,15

3 день (среда)

3 день (среда)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№43(2003)	Суфле "Рыбка" из филе минтая	90	10,69	1,42	10,62	1,58	14,17	191,7
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак '			22,14	4,70	19,83	3,36	89,19	615,02

Обед

139/3 (1996г.)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№47 (2004)	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	90	12,40	0,02	10,13	0,24	7,80	167,39
ТТК	Булгур с овощами	150	4,32	0,01	4,59	0,06	33,49	190,32
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед			27,00	0,03	22,31	3,29	112,49	705,14
Итого за день			48,12	5,05	37,62	8,8	183,77	1203,18

4 день (четверг)

4 день (четверг)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№257 (1996)	Каша пшениная молочная вязкая с маслом сливочным	200/10	8,07	2,83	10,82	1,65	37,89	279,82
ТТК	Блины классические со сгущенным молоком	50/10	5,02	0,71	7,20	2,45	5,44	105,66
	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
Итого за 'Завтрак '			18,90	6,52	21,69	5,25	85,43	601,86

Обед

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
№394 (1996)	Жаркое по-домашнему	50/200	14,42	0,00	12,61	10,61	37,83	361,35
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед			24,00	0,25	22,36	16,40	103,45	715,10
Итого за день			44,76	8,5	47,85	21,34	191,52	1369,59

5 день (пятница)

5 день (пятница)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным	70	9,79	0,04	6,07	0,07	6,32	116,47
№274 (1996)	Макароны с сыром	150	9,06	4,34	11,62	0,56	31,54	267,50
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак '			22,95	4,38	21,23	3,43	77,95	587,90

Обед

№129/3(1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	3,80	4,59	17,47	129,99
№390 (1996)	Свинина тушеная	75/50	15,12	0,00	15,95	3,54	5,29	180,19
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	150	3,80	0,02	5,20	2,74	20,80	200,73
ТТК	Напиток вишневый	200	0,10	0,00	0,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			26,18	0,86	27,34	11,94	115,06	837,99
Итого за день			49,13	5,24	48,57	15,37	193,01	1425,89

6 день (понедельник)

6 день (понедельник)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
ТТК	Палочки рыбные	60	10,09	0,52	7,66	3,66	12,47	129,32
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак '			21,54	3,80	16,87	5,44	87,49	552,64

Обед

ТТК	Огурчик пикантный	55/5	0,43	0,00	4,95	3,73	1,89	52,63
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	3,15	0,25	5,65	2,65	11,08	115,39
ТТК	Грудка цыпленка тушенная с овощами и соусом "ароматная"	70/50	15,80	0,22	11,29	5,58	6,37	208,61
ТТК	Макаронные изделия отварные "Ассорти"	150	3,51	0,03	4,89	0,65	36,66	212,22
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	1,53	0,00	25,11	106,32
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед 6 день '			23,08	0,97	23,41	6,28	101,33	700,39
Итого за день			44,62	4,77	40,28	11,72	188,82	1253,03

7 день (вторник)

7 день (вторник)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№403 (1996)	Плов (со свиной)	200	15,59	0,00	20,43	7,38	41,20	410,56
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Йогурт	125	4,99	5,30	1,71	0,00	6,95	65,98
Итого за 'Завтрак '			24,36	5,3	22,68	7,92	86,71	646,41

Обед

139/3 (1996г.)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№424 (1996)	Биточки паровые из говядины с отрубями	90	14,16	0,02	8,98	0,24	10,16	187,07
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	24,31	157,92
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
пром.	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			31,02	0,05	24,79	4,75	127,29	794,08
Итого за день			55,38	5,35	47,47	12,67	214,00	1440,50

8 день (среда)

8 день (среда)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№297 (1994)	Запеканка (сырники) из творога со сгущенным молоком	60/5	11,14	10,53	7,41	1,53	12,67	162,29
№35 (2003)	Каша "Дружба" со сливочным маслом	200/5	7,13	2,79	7,45	1,03	44,27	270,82
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак '			25,73	16,30	18,50	3,63	101,73	666,96

Обед

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	60	0,56	0,00	0,09	0,09	2,56	12,31
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
ТТК	Индейка тушеная	100	14,49	0,22	10,93	4,01	6,37	180,14
ТТК	Рис припущенный с овощами	150	3,82	0,03	5,99	0,54	40,86	232,39
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			27,68	1,34	23,05	5,57	125,78	803,42
Итого за день			53,41	17,64	41,55	9,20	227,51	1470,39

9 день (четверг)

9 день (четверг)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Огурчик пикантный	15	0,12	0,00	1,48	1,11	0,52	15,55
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	90	12,44	0,00	10,68	3,53	12,94	196,44
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак '			20,14	0,70	18,13	5,78	79,17	551,32

Обед								
ТТК	Помидор пикантный	55/5	0,59	0,00	4,95	3,73	2,80	57,58
Родотребнадзора по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
ТТК	Плов с грудкой цыпленка, булгуром	50/200	22,89	0,00	15,67	12,78	55,54	442,26
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			28,85	0,25	25,85	18,32	110,49	764,45
Итого за день			48,99	0,95	43,98	24,10	189,66	1315,77

10 день (пятница)

10 день (пятница)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	15,23	15,23	20,01	2,25	2,80	251,71
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
	Выпечка в ассортименте	50	3,08	0,40	1,52	0,50	30,39	144,66
пром.	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
Итого за 'Завтрак '			20,44	15,63	22,10	3,37	69,06	548,78

Обед								
№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гречками	250/10	4,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№423 (2004)	Бефстроганов из говядины	50/50	10,80	10,05	13,70	5,85	6,24	242,28
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	20,11	96,32
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			25,03	10,08	23,87	11,58	115,58	844,98
Итого за день			45,47	25,71	45,97	14,95	184,64	1393,76

Согласовано
Директор МАОУ - гимназия № 94
С.А. Ярославцев
" " 2025 г.

Утверждаю
Директор ООО "Каскад"
Н.А. Елькина
" " 2025 г.

Основное десятидневное меню завтраков и обедов для детей, обучающихся в 5-11 классах, являющимися лицами с ограниченными возможностями здоровья
(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным двухразовым питанием (завтрак и обед), в размере 321 рублей 40 копеек)

1 день (понедельник)

1 день (понедельник)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	15/25	3,75	3,87	4,65	0,74	13,06	117,57
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	50/50	15,02	0,32	9,73	3,99	6,88	171,10
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	37,52	200,74
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак'			26,66	4,22	20,59	5,83	99,83	670,16

Обед

№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№474 (1997)	Котлеты особые с отрубями	100	15,59	0,00	13,13	2,63	7,16	208,00
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,20	0,03	5,84	1,44	27,09	174,83
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			30,54	1,12	27,38	4,86	116,22	794,59
Итого за день			57,20	5,34	47,97	10,69	216,05	1464,76

2 день (вторник)

2 день (вторник)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29
№257 (1996)	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом сливочным	250/10	9,13	3,33	11,75	0,00	57,53	361,24
пром.	Творожок "наша маша" классический	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20
№692(2004)	Кофейный напиток с молоком	200.	1,95	1,56	1,45	0,00	19,52	95,17
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак			25,54	4,94	27,50	1,22	117,59	801,90

Обед

ФБУН ЕМНЦ ГОЗРП Республики Татарстан по Свердловской области 2018г	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№401 (1996)	Гуляш из говядины	60/50	18,64	0,00	11,25	2,42	6,10	201,20
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			31,87	0,28	27,41	8,85	109,14	797,04
Итого за день			57,41	5,22	54,91	10,07	226,73	1598,94

3 день (среда)

3 день (среда)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3(2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29
№33 (2001)	Суфле "Рыбка" из филе минтая	100	11,88	1,58	11,82	1,77	15,74	213,11
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	32,08	193,63
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	30	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак '			20,65	2,47	27,48	3,56	94,10	689,34

Обед

139/3 (1996г.)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	3,05	2,45	19,61	130,98
№47 (2004)	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	100	16,47	14,92	10,80	0,27	8,46	193,33
ТТК	Булгур с овощами	180	6,38	0,01	3,10	0,07	40,18	204,38
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			34,13	14,93	17,49	3,33	119,84	745,14
Итого за день			54,78	17,4	44,97	6,89	213,94	1434,48

4 день (четверг)

4 день (четверг)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№257 (1996)	Каша пшениная молочная вязкая с маслом сливочным	200/10	8,07	2,83	10,82	1,65	37,89	279,82
ТТК	Блины классические со сгущенным молоком	100/20	10,04	1,41	11,40	4,90	10,88	211,32
	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	0,51	0,00	19,25	103,66
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
Итого за 'Завтрак '			22,68	4,24	23,24	7,11	88,73	687,32

Обед

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	50,51
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	2,01	0,25	10,05	5,09	13,02	212,00
№394 (1996)	Жаркое по-домашнему	50/200	21,05	15,48	18,00	4,57	30,30	404,21
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	58,07	99,27
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			28,47	15,73	28,93	10,54	133,14	894,93
Итого за день			51,15	19,97	52,17	17,65	221,87	1582,25

5 день (пятница)

5 день (пятница)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
	Фрикадельки из курицы с маслом							
№63 (2003)	сливочным	75	8,49	0,04	6,49	0,07	4,96	120,62
№274 (1996)	Макароны с сыром	180	10,86	5,20	11,97	0,67	37,84	321,16
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак '			22,71	5,24	21,92	3,46	77,81	621,68

Обед

№129/3(1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	17,47	129,99
№390 (1996)	Свинина тушеная	75/50	15,12	0,00	15,95	3,54	5,29	180,19
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,56	0,02	7,66	3,29	49,01	282,88
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
	Выпечка в ассортименте	50	3,26	0,59	2,84	0,59	30,81	158,84
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			29,31	0,86	35,34	12,49	143,27	950,14
Итого за день			52,02	6,10	57,26	15,95	221,08	1571,82

6 день (понедельник)

6 день (понедельник)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/10/25	2,51	2,63	8,43	0,74	13,14	173,65
ТТК	Палочки рыбные	90	15,14	0,78	6,99	5,49	18,70	193,98
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	29,08	183,63
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак '			25,93	4,25	22,46	7,48	103,57	740,09

Обед

№16 (2004)	Салат из свежих огурцов с льняным маслом	100	0,71	0,00	9,88	7,43	3,09	102,14
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,15	0,25	5,65	2,65	11,08	112,39
ТТК	Грудка цыпленка тушенная с овощами и соусом "ароматная"	70/50	15,80	0,22	11,29	5,58	6,37	208,61
ГТК	Макаронные изделия отварные "Ассорти"	180	4,21	0,04	5,86	0,78	43,99	254,66
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	21,00	162,87
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			28,16	0,51	23,20	9,41	100,76	824,49
Итого за день			54,09	4,76	45,66	16,89	204,33	1564,59

7 день (вторник)

7 день (вторник)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№403 (1996)	Плов (со свининой)	250	14,88	0,00	18,98	8,92	43,20	383,49
№686 (2004)	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	16,31	62,87
пром.	Йогурт	125	5,20	5,20	1,90	0,00	7,48	70,52
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Завтрак '			24,47	5,2	21,47	9,51	94,48	645,82

Обед

139/3 (1996г.)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	3,05	2,45	19,61	130,98
№424 (1996)	Биточки паровые из говядины с отрубями	100	15,70	0,02	9,96	0,26	9,01	185,55
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,20	0,03	5,84	1,44	27,09	174,83
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
пром.	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			33,50	0,05	22,11	4,95	123,84	785,44
Итого за день			57,97	5,25	43,58	14,46	218,32	1431,26

8 день (среда)

8 день (среда)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
№297 (1994)	Запеканка (сырники) из творога со сгущенным молоком	60/10	11,50	10,88	7,82	1,53	15,39	177,85
№35 (2003)	Каша "Дружба" со сливочным маслом	250/5	8,87	3,47	9,27	1,28	55,07	336,87
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак '			27,09	17,33	20,65	3,80	110,17	724,54
Обед								
№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	40,51
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
ТТК	Индейка тушеная	100	14,49	0,22	10,93	4,01	6,37	180,14
ТТК	Рис припущенный с овощами	180	4,58	0,04	7,19	0,64	49,03	278,86
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			28,81	1,35	24,31	5,73	135,65	878,10
Итого за день			55,90	18,68	44,96	9,53	245,82	1602,64

9 день (четверг)

день (четверг)								
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
ТТК	Огурчик пикантный	15	0,16	0,00	1,98	1,49	0,69	20,74
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	100	13,83	0,00	11,87	3,92	14,38	218,26
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	29,08	183,63
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Завтрак			22,21	0,84	20,88	6,65	86,46	608,93

Обед

№19 (2004)	Салат из свежих помидоров с льняным маслом	100	0,97	0,00	9,96	7,52	4,59	110,96
Роспотребнадзор по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
ТТК	Плов с грудкой цыпленка, булгуром	50/200	22,89	0,00	15,67	12,78	55,54	442,26
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	17,29	88,24
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			28,85	1,09	25,85	18,32	196,95	764,45
Итого за день			51,06	1,93	46,73	24,97	283,41	1373,38

10 день (пятница)

10 день (пятница)									
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	15,23	15,23	20,01	2,25	2,80	251,71	
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88	
	Выпечка в ассортименте	50	3,08	0,40	1,52	0,50	30,39	144,66	
пром.	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45	
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06	
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	
Итого за 'Завтрак			21,73	15,63	22,34	3,61	77,23	586,68	

Обед

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гренками	250/10	6,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№423 (2004)	Бефстроганов из говядины	50/50	10,80	10,05	13,70	5,85	6,24	242,28
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	43,99	254,62
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			27,40	10,08	24,77	11,63	122,84	863,39
Итого за день			49,13	25,71	47,11	15,24	200,07	1450,07