

Согласовано
 Директор МАОУ-СОШ №25
 О. А. Добычина
 02.09.2024 г.

Утверждаю
 Директор ООО "Каскад"
 Н.А.Елькина
 02.09.2024 г.

Основное десятидневное меню обедов для детей, обучающихся в 1-4 классах с пищевой аллергией на молочную продукцию

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным одноразовым питанием (обед), обучающихся во вторую смену).



1 неделя

№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 день, понедельник								
№129(1996)	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	5,93	2,44	18,82	149,34
№493(2004)	соусе	75/50	17,84	0,32	10,07	3,99	7,35	186,44
№463(1996)	Каша гречневая вязкая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	17,77	84,11
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 '			36,63	0,60	23,48	9,72	135,00	867,46

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
2 день, вторник								
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	3,05	2,45	19,61	130,98
№401 (1996)	Гуляш из свинины	75/50	12,71	0,00	32,67	2,50	3,93	359,92
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
ТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	16,31	62,87
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 '			26,09	0,03	40,94	5,86	97,80	856,70

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
3 день, среда								
№110(1994)	Борщ на мясном бульоне с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	5,10	0,25	6,18	2,61	14,26	128,31
№461 (1996)	Биточки рубленные из индейки паровые с отрубями	90	15,10	0,69	8,48	0,19	8,79	170,76
№274 (1996)	Макароны с сыром	150	9,06	4,34	11,62	0,56	31,54	267,50
№638 (2004)	Компот из изюма	200	0,35	0,00	0,00	0,00	28,21	107,53
ом.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
ом.	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 '			33,52	5,28	27,11	4,23	116,76	828,56

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 день, четверг								
№134 (2004)	Суп крестьянский на мясном бульоне с перловой крупой, сметаной	250/10	5,58	0,25	6,21	2,71	15,94	138,60
ТТК	домашнему	90	18,08	0,06	22,26	0,25	0,44	274,46
№486(1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0	7,06	7,06	18,5	142,54
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69
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 'Обед '			31,24	0,31	37,64	10,57	83,15	778,31

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5 день, пятница								
№132(1996)	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,35	0,25	5,71	2,71	13,34	123,08
№371 (2004)	Рыба припущенная	90	20,35	20,26	6,44	0,01	0,81	142,04
№518 (2004)	растительным	150	2,94	0,00	4,90	4,90	26,02	158,49
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
Итого за 'Обед '			34,55	24,63	25,85	8,13	97,82	747,60

2 неделя

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
6 день, понедельник								
№120/3	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	250/10	5,15	0,25	5,65	2,65	11,08	112,39
№401 (1996)	Гуляш из свинины	75/50	12,71	0,00	32,67	2,50	3,93	359,92
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток из смородины	200	1,08	0,00	0,11	0,00	22,75	91,77
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 '			27,97	0,28	43,80	6,28	97,81	886,27

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
7 день, вторник								
№128 (1996)	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,05	0,25	6,14	4,56	15,82	136,50
№389 (2004)	Биточки рыбные (паровые) с отрубями, растительным маслом	90	15,96	14,46	6,58	1,99	8,21	154,13
№518 (2004)	растительным	150	2,94	0,00	4,90	4,90	26,02	158,49
ТТК	Напиток вишневый	200	0,37	0,40	1,95	0,00	23,82	107,42
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
Итого за 'Обед '			28,92	15,11	20,17	12,05	104,40	700,03

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
8 день, среда								
№139 (2004г.)	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	12,98	13,31	14,71	2,28	3,54	196,49
ТТК	Шницель рубленый из индейки с отрубями	100	22,40	0,00	8,90	1,51	3,50	183,21
ФБУЗ ЦГиЭ Роспотребнадзора	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	4,39	0,02	7,42	3,54	24,34	174,71
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 '			43,67	13,33	31,86	8,21	84,31	779,62

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
9 день, четверг								
№110(1994)	Борщ на мясном бульоне с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	5,10	0,25	6,18	2,61	14,26	128,31
№401 (1996)	Гуляш из свинины	75/50	12,71	0,00	32,67	2,50	3,93	359,92
ТТК	Булгур с овощами	150	5,32	0,01	2,59	0,06	33,49	170,32
№638 (2004)	Компот из изюма	200	0,35	0,00	0,00	0,00	28,21	107,53
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	17,77	84,11
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
Итого за 'Обед '			27,71	0,26	42,00	5,73	107,88	897,57

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
0 день, пятница								
№132 (1996)	Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне, сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09
ТТК	Грудка цыпленка тушенная с овощами и соусом "ароматная"	75/50	18,22	0,35	9,91	5,02	8,37	222,12
№518 (2004)	растительным	150	2,94	0,00	4,90	4,90	26,02	158,49
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	16,31	62,87
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
Итого за 'Обед '			28,19	0,60	21,74	14,89	94,57	703,07