

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

Утверждаю  
 Директор ООО "Каскал"  
 Н.А. Елькина  
 02.09.2024 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)).

**1 день, понедельник**

**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.		
<b>Завтрак</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром	10/15/25	5,78	3,92	12,22	0,22	11,57	181,16
№257 (1996)	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	250/10	7,35	3,54	12,49	0,54	49,85	340,54
ТТК	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	23,03	87,51
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
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>16,61</b>	<b>8,88</b>	<b>26,96</b>	<b>1,40</b>	<b>104,28</b>	<b>718,12</b>
<b>Обед</b>								

ТТК	Салат из свежих помидор с льняным маслом	100	1,80	0,00	10,17	14,77	5,77	121,37
№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)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	75/50	22,08	0,32	10,58	3,99	8,05	209,50
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая	180	9,87	0,03	6,99	2,74	51,54	295,42
ФЕУНГМВЦПОИРШ Ректор института	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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>38,30</b>	<b>0,59</b>	<b>33,63</b>	<b>16,01</b>	<b>112,64</b>	<b>959,01</b>
<b>Итого за день</b>			<b>54,91</b>	<b>9,47</b>	<b>60,58</b>	<b>17,40</b>	<b>216,92</b>	<b>1598,70</b>

**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.		
<b>Завтрак</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром	10/15/25	5,78	3,92	12,22	0,22	11,57	181,16
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	250/10	10,50	3,46	12,64	0,00	47,25	335,72
№685 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>19,28</b>	<b>7,37</b>	<b>25,32</b>	<b>0,68</b>	<b>98,20</b>	<b>684,07</b>
<b>Обед</b>								

№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	16,69	15,42	38,55	2,65	6,29	434,80
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,78	0,62	47,55	260,35
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>33,23</b>	<b>15,69</b>	<b>64,93</b>	<b>21,30</b>	<b>126,33</b>	<b>1205,53</b>
<b>Итого за день</b>			<b>52,51</b>	<b>23,07</b>	<b>90,25</b>	<b>21,99</b>	<b>224,53</b>	<b>1889,60</b>

## 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		
<b>Завтрак</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/10/25	4,46	2,60	6,85	0,20	12,73	131,06
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	250/10	10,50	3,46	12,64	0,00	47,25	335,72
№692 (2004)	Кофейный напиток с молоком	200	1,81	1,42	1,67	0,00	24,13	114,07
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
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>18,50</b>	<b>6,06</b>	<b>19,96</b>	<b>0,67</b>	<b>106,41</b>	<b>664,29</b>

## Обед

МР Екатеринбург ФБУИИМНЦВОЯЧШ Роспотребнадзора	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 рубленые из индейки паровые с отрубями	100	16,77	0,76	9,42	0,22	9,77	189,74
№274 (1996)	Макаронные изделия с сыром (гарнир)	180	9,93	3,89	8,67	0,71	40,32	279,30
№638 (2004)	Компот из изюма	200	0,35	0,00	0,00	0,00	28,21	107,53
	Выпечка в ассортименте	50	4,62	0,59	2,28	0,76	45,59	217,00
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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>37,62</b>	<b>4,90</b>	<b>36,28</b>	<b>3,94</b>	<b>129,04</b>	<b>973,27</b>
<b>Итого за день</b>			<b>56,11</b>	<b>10,96</b>	<b>56,24</b>	<b>4,61</b>	<b>235,46</b>	<b>1637,56</b>

## 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		
<b>Завтрак</b>								
№297 (1994)	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/20	21,14	19,80	27,92	0,14	32,09	464,13
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>25,62</b>	<b>19,80</b>	<b>29,15</b>	<b>1,47</b>	<b>91,43</b>	<b>720,38</b>

## Обед

№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	Бедро цыпленка запеченное по домашнему	100	18,08	0,06	22,26	0,25	0,44	274,46
№486 (1996)	Рагу из овощей	180	3,01	0	7,06	7,06	18,5	142,54
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,31	0,00	1,74	0,00	16,42	77,41
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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>31,21</b>	<b>0,31</b>	<b>37,83</b>	<b>10,58</b>	<b>79,29</b>	<b>764,49</b>
<b>Итого за день</b>			<b>56,83</b>	<b>20,11</b>	<b>66,98</b>	<b>12,05</b>	<b>170,72</b>	<b>1484,87</b>

## 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		
<b>Завтрак</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/20	5,16	3,95	4,04	0,60	9,70	96,43
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	14,60	15,54	23,24	7,99	2,56	277,39
№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,56	0,00	0,09	0,09	2,56	12,31
№685 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	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
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>24,04</b>	<b>19,49</b>	<b>27,90</b>	<b>9,21</b>	<b>53,04</b>	<b>553,46</b>

## Обед

№132 (1996)	Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09
№430 (1996)	Запеканка картофельная с мясом	243/5	20,88	15,53	25,50	9,82	45,85	492,85
№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	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>28,00</b>	<b>15,78</b>	<b>32,89</b>	<b>15,30</b>	<b>123,80</b>	<b>884,15</b>
<b>Итого за день</b>			<b>52,39</b>	<b>35,27</b>	<b>61,55</b>	<b>24,41</b>	<b>172,74</b>	<b>1428,29</b>

## 6 день, понедельник

## 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.		
<b>Завтрак</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром	10/15/25	5,78	3,92	12,22	0,22	11,57	181,16
№35 (2003)	Каша "Дружба" со сливочным маслом	250/10	8,56	3,57	11,83	1,31	51,30	343,89
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,64	2,90	3,34	0,60	24,10	134,77
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	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
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>22,26</b>	<b>10,39</b>	<b>28,25</b>	<b>3,04</b>	<b>123,47</b>	<b>826,28</b>

## Обед

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	250/10	6,23	0,25	5,21	2,65	11,08	112,73
№401 (1996)	Гуляш из свинины	75/50	16,69	15,42	38,55	2,65	6,29	434,80
ТТК	Макаронные изделия отварные	180	6,38	0,01	3,10	0,07	40,18	204,38
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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>33,90</b>	<b>15,68</b>	<b>47,45</b>	<b>5,85</b>	<b>103,70</b>	<b>953,67</b>
<b>Итого за день</b>			<b>56,16</b>	<b>26,07</b>	<b>75,70</b>	<b>8,89</b>	<b>227,17</b>	<b>1779,95</b>

## 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.		
<b>Завтрак</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром	10/10/25	5,78	3,92	12,22	0,22	11,57	181,16
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	250/10	10,50	3,46	13,87	2,02	50,86	368,38
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>18,09</b>	<b>7,37</b>	<b>26,43</b>	<b>2,59</b>	<b>87,47</b>	<b>654,26</b>

## Обед

№128 (1996)	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,03	0,25	4,29	2,46	15,82	119,78
№320 (1996)	Рыба запеченная под молочным соусом с сыром	75/30	20,59	20,38	14,86	1,30	2,06	224,66
№472 (1996)	Пюре картофельное	180	3,86	0,84	6,59	0,60	28,05	185,30
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	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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>35,34</b>	<b>21,86</b>	<b>29,92</b>	<b>6,64</b>	<b>113,24</b>	<b>848,56</b>
<b>Итого за день</b>			<b>53,43</b>	<b>29,24</b>	<b>56,34</b>	<b>9,23</b>	<b>200,71</b>	<b>1502,82</b>

## 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.		
<b>Завтрак</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром	10/10/25	4,46	2,60	6,85	0,20	12,73	131,06
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	250/10	10,50	3,46	12,64	0,00	47,25	335,72
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	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
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>17,74</b>	<b>6,06</b>	<b>19,89</b>	<b>0,60</b>	<b>97,27</b>	<b>623,50</b>

**Обед**

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	12,98	13,31	14,71	2,28	3,54	196,49
ТТК	Шницель рубленный из индейки с отрубями	100	27,88	0,00	10,55	1,51	3,50	219,98
ФБУН ЕМИЦ по ЗРП Роспотребнадзора 2018	Каша гречневая вязкая с овощами	180	5,27	0,03	8,91	4,25	29,21	209,65
ТТК	Напиток лимонный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>50,25</b>	<b>13,34</b>	<b>34,68</b>	<b>8,55</b>	<b>87,30</b>	<b>844,45</b>
<b>Итого за день</b>			<b>67,99</b>	<b>19,40</b>	<b>54,57</b>	<b>9,15</b>	<b>184,57</b>	<b>1467,95</b>

**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.		
<b>Завтрак</b>								
ТТК	Бедро цыпленка запеченное по домашнему	100	18,08	0,06	22,26	0,25	0,44	274,46
ТТК	Булгур с овощами	180	6,38	0,01	3,10	0,07	40,18	204,38
ТТК	Огурчик пикантный (подгарнировка)	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	1,03	31,11
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
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
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>27,70</b>	<b>0,08</b>	<b>28,79</b>	<b>3,01</b>	<b>81,04</b>	<b>677,14</b>
<b>Обед</b>								

№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	16,69	15,42	38,55	2,65	6,29	434,80
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	43,99	254,62
№638 (2004)	Компот из изюма	200	0,35	0,00	0,00	0,00	28,21	107,53
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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>32,36</b>	<b>15,29</b>	<b>25,10</b>	<b>9,13</b>	<b>129,51</b>	<b>856,25</b>
<b>Итого за день</b>			<b>60,05</b>	<b>15,36</b>	<b>53,89</b>	<b>12,14</b>	<b>210,54</b>	<b>1533,39</b>

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.		
<b>Завтрак</b>								
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	14,72	14,72	24,92	7,34	2,66	293,41
№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	20,51
№686(2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
	Выпечка в ассортименте	50	3,26	0,59	2,84	0,59	30,81	158,84
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
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>24,31</b>	<b>20,06</b>	<b>39,99</b>	<b>7,93</b>	<b>50,05</b>	<b>651,91</b>
<b>Обед</b>								
№132 (1996)	Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне со 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	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№472 (1996)	Пюре картофельное	180	3,86	0,84	6,59	0,60	28,05	185,30
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>35,80</b>	<b>1,90</b>	<b>28,19</b>	<b>12,08</b>	<b>126,03</b>	<b>884,60</b>
<b>Итого за день</b>			<b>60,11</b>	<b>21,96</b>	<b>68,18</b>	<b>20,00</b>	<b>176,09</b>	<b>1536,51</b>