

Согласовано

Директор МАОУ-СОШ №25

О.А. Добычина

2024 г.

Утверждаю

Директор ООО "Каскад"

Н.А. Елькина

2024 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 85 руб 20 коп).

Код блюда	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	4,41	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
ТТК	Голень цыпленка запеченая по-домашнему	90	11,02	0,32	9,73	3,99	6,88	171,10
№463 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	2,52	0,03	5,42	1,18	24,31	157,92
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	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
Итого за 'Завтрак 1 день '			19,24	2,92	18,73	6,14	75,45	554,83
Завтрак 2 день								
№401 (1996)	Гуляш из свинины	50/50	12,25	0,00	12,55	2,50	3,93	204,08
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	3,52	0,51	39,63	202,96
ТТК	Помидор пикантный	20/2	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№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 2 день '			19,25	0,03	19,53	5,73	78,57	586,94
Завтрак 3 день								
№3(2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,41	2,58	2,34	0,74	13,06	100,39
№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	60	0,56	0,00	0,09	0,09	2,56	12,31
№284 (1996)	Омлет натуральный	150	10,40	15,54	16,28	7,99	13,78	275,20
№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 3 день '			19,09	18,11	19,24	9,34	67,62	555,24
Завтрак 4 день								
№297 (1994)	Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/5	9,30	8,78	8,29	0,06	11,00	138,08
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая	200	6,30	2,07	8,02	1,21	27,58	209,52
№685 (2004)	Кисель Витошка	200	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
Итого за 'Завтрак 4 день '			18,95	10,85	16,76	2,11	71,72	535,36
Завтрак 5 день								
№389 (2004)	Биточки рыбные (паровые) с отрубями (филе минтая)	90	11,71	0,52	9,38	0,23	15,99	137,13
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,02	0,70	6,01	0,50	23,40	153,04
№685 (1996)	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 5 день '			19,10	1,22	16,03	1,37	81,70	476,47
Завтрак 6 день								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	15/25	5,75	3,87	4,65	0,74	13,06	117,57
№35 (2003)	Каша "Дружба"	250,00	7,01	3,57	11,08	1,31	34,01	247,30
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,64	2,90	2,73	0,60	18,19	129,57
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 6 день '			19,18	10,34	18,85	3,04	83,58	580,40
Завтрак 7 день								
№394 (2004)	Тефтели рыбные с соусом, отрубями (минтай)	70/30	11,51	9,47	8,51	4,19	12,77	180,75
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,85	0,84	6,39	0,60	28,08	183,63
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,31	0,00	3,95	2,98	1,37	41,48
№685 (1996)	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
Итого за 'Завтрак 7 день '			18,66	10,31	19,30	8,22	75,37	549,17
Завтрак 8 день								

№461 (1996)	Шницель рубленый из филе цыпленка с отрубями	100	9,15	0,00	6,73	4,46	12,62	175,65
ТТК	Помидор пикантный	20/2	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
МР ФБУН ЕМИЦ ГБОУЗРП Роспотребнадзора 2018	Капа гречневая рассыпчатая с овощами (лук, морковь)	150	5,30	0,02	9,45	11,91	31,68	206,32
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 8 день '			17,55	0,02	19,58	16,76	83,12	572,74
Завтрак 9 день								
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,31	0,00	3,95	2,98	1,37	41,48
ТТК	Плов с грудкой цыпленка, булгуром	50/150	14,67	0,00	7,60	4,93	41,65	308,33
№685 (1996)	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
Итого за 'Завтрак 9 день '			17,96	2,32	19,24	14,23	79,78	582,01
Завтрак 10 день								
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	145/5	12,15	14,72	11,55	2,25	2,70	245,22
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,31	0,00	3,95	2,98	1,37	41,48
№685 (1996)	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
	Выпечка в ассортименте	50	2,08	0,08	1,53	0,76	31,95	141,33
Итого за 'Завтрак 10 день '			17,52	14,80	17,48	4,97	69,16	552,56