

Согласовано
 Директор МАОУ - СОШ №25
 О.А. Добычина
 "12" 2024г.

Утверждаю
 Директор ООО "Каскад"
 Н.А. Елькина
 "12" 2024г.

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 127 руб 79 коп).

1 неделя

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.		
Обед 1 день								
№129 (1996)	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,62	0,25	6,91	2,44	18,82	149,34
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	50/50	13,02	0,32	10,73	3,99	6,88	171,98
№463 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	24,31	157,92
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27
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
	Фрукт свежий	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
Итого за 'Обед 1 день '			26,63	0,59	23,95	8,53	104,96	708,93
Обед 2 день								
№139/3 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульон	250	6,74	0,00	3,05	2,45	19,61	130,98
№401 (1996)	Гуляш из свинины	70/50	12,73	0,00	18,60	2,50	3,93	267,42
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
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 2 день '			26,11	0,03	26,87	5,86	106,61	797,64
Обед 3 день								
№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)	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями	90	12,67	0,01	6,36	0,21	10,15	127,88
№274 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,08	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
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
	Фрукт свежий	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
Итого за 'Обед 3 день '			26,36	4,60	24,91	4,17	113,04	761,64
Обед 4 день								
№134 (2004)	Суп крестьянский на мясном бульоне с перловой крупой, сметаной	250/10	3,58	0,25	6,21	2,71	23,94	138,60
ТТК	Голень цыпленка запеченная по домашнему	90	16,56	0,09	10,18	0,25	9,01	221,30
№486 (1996)	Рагу из овощей	150	3,01	0,00	7,06	7,06	24,80	184,23
№588 (1996)	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 4 день '			26,15	0,33	23,84	10,41	101,18	726,41
Обед 5 день								
№132 (1996)	Суп из овощей со сметаной	250/10	2,21	0,25	9,33	4,37	13,34	116,09
№389 (2004)	Биточки рыбные (паровые) с отрубями (филе минтая)	100	14,78	0,58	7,14	0,25	17,77	158,36
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	28,08	203,63
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	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 5 день '

Обед 6 день

25,34

1,66

23,59

5,95

112,75

706,30

№120/3	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	250/10	4,23	0,25	5,21	2,65	11,08	112,73
№401 (1996)	Гуляш из свинины	60/50	11,60	0,00	14,20	2,50	3,93	237,30
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток из брусники	200	2,59	2,75	2,26	0,00	36,45	151,61
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 6 день '

Обед 7 день

26,71

3,02

26,96

6,19

106,43

799,78

№123(1996г.)	Рассольник домашний со сметаной	250/10	2,35	0,25	8,77	4,56	20,82	162,23
№394 (2004)	Рыба запеченная под молочным соусом (филе минтая)	70/30	14,59	1,00	9,13	1,30	14,75	179,20
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	25,40	183,04
ТТК	Напиток вишневый	200	0,37	0,40	1,95	0,00	23,82	107,42
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 7 день '

Обед 8 день

23,31

2,35

25,58

6,76

103,11

717,85

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	5,44	0,00	4,70	3,17	20,80	156,86
ТТК	Шницель рубленный из филе цыпленка с отрубями	100	10,45	0,00	6,73	4,46	15,65	156,65
ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП Роспотребнадзор 2018	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (лук, морковь)	150	7,15	0,02	12,95	11,91	34,68	301,80
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,97	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
	Фрукт свежий	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45

Итого за 'Обед 8 день '

Обед 9 день

26,20

0,02

25,13

20,33

116,98

816,48

№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
№401/3 (1996)	Гуляш из свинины	60/50	12,60	0,00	18,20	2,50	8,93	237,30
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	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 9 день '

Обед 10 день

26,15

0,26

27,37

5,56

103,21

729,42

№132/3 (1996)	Суп из овощей со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	136,09
ТТК	Грудка цыпленка тушенная с овощами и соусом "ароматная"	70/50	16,80	0,22	11,29	5,58	6,37	208,61
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	6,88	0,50	23,40	183,54
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 10 день '

25,22

1,17

24,90

10,84

86,54

710,52