

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «Каскад»

  
Н.А. Елькина



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБВ(С)ОУ В(С)ОШ № 185



Л.Ситникова

**Основное десятидневное меню для детей 1-4 и 5-11 классов,  
обучающихся в муниципальном бюджетном вечернем  
(сменным) общеобразовательным учреждением вечерняя  
(сменная) общеобразовательная школа №185**

(за счет средств родителей и субсидии, выделенной муниципальному образованию «город  
Екатеринбург» на обеспечение бесплатным питанием обучающихся в муниципальных  
общеобразовательных организациях)

2022 год

## МЕНЮ 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.		
<b>5-11 классы - завтрак (дотация 87-29)</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№449 (1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой	260	22,01	0,00	15,58	13,56	58,58	456,45
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
Итого за 'Завтрак '			27,76	2,58	19,16	14,54	102,84	682,26

## Меню 1 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

№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)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№449 (1996)	Плов из филе цыпленка с куркумой	260	22,01	0,00	15,58	13,56	58,58	456,45
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
Итого за 'Завтрак '			27,76	2,58	19,16	14,54	102,84	682,26
<b>Обед</b>								
№167 (1996)	Суп из овощей со сметаной	250/10	4,20	1,09	5,58	0,37	22,81	155,27
№418 (1996)	Зразы рубленные с отрубями	100	17,95	0,68	11,53	3,67	17,01	240,41
№486 (1996)	Рагу из овощей	180	3,01	0,00	7,06	7,06	18,50	142,54
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,72	0,00	0,39	0,39	25,38	120,15
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
Итого за 'Обед '			30,64	1,77	24,87	11,80	109,37	767,30
Итого за день			58,65	4,35	44,08	26,40	203,26	1417,77



## МЕНЮ 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>5-11 классы - завтрак (дотация 87-29)</b>								
№572 (2004)	Овощи свежие (огурец)	30	0,24	0,00	0,03	0,03	1,03	4,68
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	11,52	0,00	13,11	7,74	13,80	215,84
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
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>22,12</b>	<b>0,04</b>	<b>19,48</b>	<b>9,01</b>	<b>107,34</b>	<b>681,53</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение			-0,38	0,04	-3,52	9,01	11,59	1,53
Содержание, % от калорийности			13,00		26,00		60,00	

## Меню 2 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

№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)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№461 (1996)	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями, маслом сливочным	100/5	18,29	0,77	8,63	0,27	12,69	193,83
№482 (1996)	Капуста тушеная	180	4,15	0,00	6,42	6,42	19,23	142,04
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
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>30,68</b>	<b>3,35</b>	<b>18,91</b>	<b>7,95</b>	<b>82,46</b>	<b>601,98</b>
<b>Обед</b>								
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№470 (2004)	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	100	16,47	14,92	10,80	0,27	8,46	193,33
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>30,20</b>	<b>15,19</b>	<b>24,43</b>	<b>6,77</b>	<b>124,40</b>	<b>821,27</b>
<b>Итого за день</b>			<b>60,88</b>	<b>18,54</b>	<b>43,34</b>	<b>14,72</b>	<b>206,86</b>	<b>1423,26</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			54,00	0,00	55,20	0,00	229,80	1632,00
Отклонение			6,88	18,54	-11,86	14,72	-22,94	-208,74
Содержание, % от калорийности			18,00		28,00		54,00	

## МЕНЮ 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>I классы - завтрак (дотация 87-29)</b>								
№72 (2004)	Овощи свежие (помидор)	35	0,27	0,00	0,03	0,03	1,20	5,46
№43 (2003)	Суфле "Рыбка"	100	14,52	13,63	15,12	1,77	9,96	233,37
№18 (2004)	Картофель отварной	180	3,45	0,03	5,62	0,68	28,48	176,91
№685 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
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>22,02</b>	<b>13,66</b>	<b>21,30</b>	<b>3,02</b>	<b>77,12</b>	<b>581,46</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение			-0,48	13,66	-1,70	3,02	-18,63	-98,54
Содержание, % от калорийности			16,00		34,00		51,00	

## Меню 3 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

№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>								
№572 (2004)	Овощи свежие (огурец)	35	0,27	0,00	0,03	0,03	1,20	5,46
№43 (2003)	Суфле "Рыбка"	100	14,52	13,63	15,12	1,77	9,96	233,37
№518 (2004)	Картофель отварной	180	3,45	0,03	5,62	0,68	28,48	176,91
№685 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
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>22,02</b>	<b>13,66</b>	<b>21,30</b>	<b>3,02</b>	<b>77,12</b>	<b>581,46</b>
<b>Обед</b>								
№129 (1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	17,47	129,99
№401 (1996)	Гуляш из говядины	50/50	15,63	15,01	12,15	4,80	4,01	187,31
№463 (1996)	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,87	0,03	6,99	2,74	51,54	295,42
№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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>32,46</b>	<b>15,29</b>	<b>27,04</b>	<b>12,67</b>	<b>121,29</b>	<b>835,45</b>
<b>Итого за день</b>			<b>54,48</b>	<b>28,95</b>	<b>48,34</b>	<b>15,69</b>	<b>198,41</b>	<b>1416,91</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			54,00	0,00	55,20	0,00	229,80	1632,00
Отклонение			0,48	28,95	-6,86	15,69	-31,39	-215,09
Содержание, % от калорийности			16,00		32,00		52,00	



## МЕНЮ 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>классы - завтрак (дотация 87-29)</b>								
2004	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
0 (1996)	Котлета рубленая из птицы с отрубями	100	18,45	0,00	6,35	4,46	18,29	198,08
7 (1996)	Каша пшеничная вязкая (гарнир)	180	4,96	0,03	6,27	1,41	31,73	202,33
66 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
м.	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>29,79</b>	<b>2,61</b>	<b>16,60</b>	<b>7,31</b>	<b>95,88</b>	<b>638,90</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение			7,29	2,61	-6,40	7,31	0,13	-41,10
Содержание, % от калорийности			19,00		24,00		56,00	

## Меню 4 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

№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)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№460 (1996)	Котлета рубленая из птицы с отрубями	100	18,45	0,00	6,35	4,46	18,29	198,08
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая (гарнир)	180	4,96	0,03	6,27	1,41	31,73	202,33
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
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>29,79</b>	<b>2,61</b>	<b>16,60</b>	<b>7,31</b>	<b>95,88</b>	<b>638,90</b>
<b>Обед</b>								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	2,01	0,25	7,05	5,09	11,08	112,46
№430 (1996)	Запеканка картофельная с мясом	243/10	20,88	15,53	25,50	9,82	45,85	492,85
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>28,03</b>	<b>15,78</b>	<b>33,22</b>	<b>15,59</b>	<b>114,62</b>	<b>854,60</b>
<b>Итого за день</b>			<b>57,82</b>	<b>18,38</b>	<b>49,81</b>	<b>22,89</b>	<b>210,50</b>	<b>1493,50</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			54,00	0,00	55,20	0,00	229,80	1632,00
Отклонение			3,82	18,38	-5,39	22,89	-19,30	-138,50
Содержание, % от калорийности			16,00		31,00		53,00	

## МЕНЮ 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>11 классы - завтрак (дотация 87-29)</b>								
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	11,52	0,00	13,11	7,74	13,80	215,84
№755 (1982)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	43,99	254,62
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
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>25,63</b>	<b>2,61</b>	<b>22,76</b>	<b>9,70</b>	<b>103,25</b>	<b>712,55</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение			3,13	2,61	-0,24	9,70	7,50	32,55
Содержание, % от калорийности			15,00		29,00		56,00	

## Меню 5 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

№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)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	11,52	0,00	10,85	5,48	13,80	195,58
№755 (1982)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	43,99	254,62
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
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>25,63</b>	<b>2,61</b>	<b>20,51</b>	<b>7,46</b>	<b>103,25</b>	<b>692,28</b>
<b>Обед</b>								
№128 (1996)	Рассольник домашний со сметаной	250/10	2,35	0,25	5,77	4,56	15,82	122,43
ТТК	Филе кури запеченное с овощами и сыром	100	22,27	0,32	11,65	5,07	7,57	214,64
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,78	0,62	47,55	260,35
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
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>32,89</b>	<b>0,60</b>	<b>23,71</b>	<b>10,76</b>	<b>115,85</b>	<b>790,19</b>
<b>Итого за день</b>			<b>58,52</b>	<b>3,21</b>	<b>44,22</b>	<b>18,22</b>	<b>219,10</b>	<b>1482,47</b>



## МЕНЮ 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.		
<b>классы - завтрак (дотация 87-29)</b>								
2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
63 (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями, маслом сливочным	100/5	17,30	0,70	10,83	0,21	11,54	205,54
63 (1996)	Каша гречневая вязкая с овощами (гарнир)	180	5,27	0,03	8,91	4,25	29,20	209,64
85 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
ром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>28,84</b>	<b>3,31</b>	<b>23,42</b>	<b>5,53</b>	<b>78,83</b>	<b>620,30</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение			6,34	3,31	0,42	5,53	-16,92	-59,70
Содержание, % от калорийности			19,00		35,00		45,00	

## Меню 6 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

№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>								
63 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
63 (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями, маслом сливочным	100/5	17,30	0,70	10,83	0,21	11,54	205,54
463 (1996)	Каша гречневая вязкая с овощами (гарнир)	180	5,27	0,03	8,91	4,25	29,20	209,64
685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
ром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>28,84</b>	<b>3,31</b>	<b>23,42</b>	<b>5,53</b>	<b>78,83</b>	<b>620,30</b>
<b>Обед</b>								
139 (2004)	Суп картофельный с горохом	250	5,79	0,00	4,66	4,46	21,82	148,13
416 (1996)	Шницель из говядины с отрубями	100	17,95	0,68	11,53	3,67	17,01	240,41
486 (1996)	Рагу из овощей	180	3,60	0,00	8,47	8,47	22,16	170,87
588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12
ром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>32,57</b>	<b>0,68</b>	<b>26,88</b>	<b>17,26</b>	<b>113,35</b>	<b>801,08</b>
<b>Итого за день</b>			<b>61,41</b>	<b>3,99</b>	<b>50,30</b>	<b>22,80</b>	<b>192,19</b>	<b>1421,38</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			54,00	0,00	55,20	0,00	229,80	1632,00
Отклонение			7,41	3,99	-4,90	22,80	-37,61	-210,62
Содержание, % от калорийности			18,00		33,00		49,00	

## МЕНЮ 7 день (вторник)

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 (дотация 87-29)</b>							
Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29
Рагу из птицы (филе)	250	21,12	0,02	6,84	0,69	37,84	288,11
Чай ягодный (с черной смородиной)	200	0,22	0,00	0,07	0,07	21,06	81,23
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>26,79</b>	<b>0,07</b>	<b>16,21</b>	<b>1,97</b>	<b>95,44</b>	<b>618,62</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)		22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение		4,29	0,07	-6,79	1,97	-0,31	-61,38
Содержание, % от калорийности		18,00		24,00		58,00	

## МЕНЮ 7 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

Код	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>								
(2004)	Бутерброд с маслом сливочным	15/25	1,94	0,07	12,35	0,22	11,61	166,25
02 (1982)	Рагу из птицы (филе)	250	17,14	0,03	9,44	3,42	32,00	273,46
	Чай ягодный (с черной смородиной)	200	0,22	0,00	0,07	0,07	21,06	81,23
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
ром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>23,47</b>	<b>0,10</b>	<b>22,45</b>	<b>4,30</b>	<b>92,16</b>	<b>649,88</b>
<b>Обед</b>								
129 (1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	17,47	129,99
401 (1996)	Гуляш из говядины	50/50	15,63	15,01	12,15	4,80	4,01	187,31
36 (2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,38	0,03	6,87	3,35	45,51	261,13
638 (2004)	Компот из изюма	200	0,35	0,00	0,00	0,00	28,21	107,53
ром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
ром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>26,92</b>	<b>15,29</b>	<b>25,41</b>	<b>13,33</b>	<b>122,70</b>	<b>814,91</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>50,39</b>	<b>15,39</b>	<b>47,86</b>	<b>17,63</b>	<b>214,85</b>	<b>1464,79</b>
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)		54,00	0,00	55,20	0,00	229,80	1632,00
	Отклонение		-3,61	15,39	-7,34	17,63	-14,95	-167,21
	Содержание, % от калорийности		14,00		30,00		56,00	



## МЕНЮ 8 день (среда)

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 - завтрак (дотация 87-29)</b>							
Овощи свежие (огурец)	35	0,27	0,00	0,03	0,03	1,20	5,46
Биточки рыбные (паровые) с маслом сливочным, отрубями	100/5	18,34	16,67	11,64	0,25	10,10	216,39
Картофель отварной	180	3,45	0,03	5,62	0,68	28,48	176,91
Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,86	0,00	0,20	0,20	12,69	60,08
Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>25,79</b>	<b>16,70</b>	<b>17,83</b>	<b>1,52</b>	<b>76,77</b>	<b>561,95</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)		22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение		3,29	16,70	-5,17	1,52	-18,98	-118,05
Содержание, % от калорийности		19,00		29,00		52,00	

## Меню 8 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

МПК	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>								
№572 (2004)	Овощи свежие (огурец)	25	0,20	0,00	0,02	0,02	0,86	3,90
№389 (2004)	Биточки рыбные (паровые) с маслом сливочным, отрубями	100/5	18,34	16,67	11,64	0,25	10,10	216,39
№518 (2004)	Картофель отварной	180	3,45	0,03	5,62	0,68	28,48	176,91
№685 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
ПРОМ.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,86	0,00	0,20	0,20	12,69	60,08
ПРОМ.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>25,39</b>	<b>16,70</b>	<b>17,76</b>	<b>1,45</b>	<b>74,38</b>	<b>550,91</b>
<b>Обед</b>								
МР сб.т.ч.3 №17 2018	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№433 (2004)	Мясо тушеное	50/50	16,82	0,00	10,96	2,98	3,36	178,98
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
ГТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
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
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>30,22</b>	<b>0,28</b>	<b>24,53</b>	<b>9,43</b>	<b>117,26</b>	<b>797,45</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>55,60</b>	<b>16,98</b>	<b>42,29</b>	<b>10,88</b>	<b>191,64</b>	<b>1348,36</b>
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)		54,00	0,00	55,20	0,00	229,80	1632,00
	Отклонение		1,60	16,98	-12,91	10,88	-38,16	-283,64
	Содержание, % от калорийности		17,00		29,00		54,00	

## МЕНЮ 9 день (четверг)

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 (дотация 87-29)</b>							
Грудка цыпленка тушеная с овощами и соусом "ароматная"	60/50	17,98	0,22	10,10	4,79	6,37	186,66
Каша гречневая вязкая	180	5,42	0,03	6,50	1,41	29,18	189,50
Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27
Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	17,77	84,11
Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>27,94</b>	<b>0,25</b>	<b>17,30</b>	<b>6,90</b>	<b>89,61</b>	<b>606,91</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)		22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение		5,74	0,25	-5,42	7,23	-7,59	-72,17
Содержание, % от калорийности		19,00		27,00		53,00	

## Меню 9 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

№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>								
№562 (2014)	Ежики с рисом	100	14,63	0,00	15,83	9,48	14,39	257,20
№482 (1996)	Капуста тушеная	180	4,15	0,00	6,42	6,42	19,23	142,04
№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	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,83</b>	<b>0,00</b>	<b>22,83</b>	<b>16,48</b>	<b>73,88</b>	<b>576,06</b>
<b>Обед</b>								
№167 (1996)	Суп из овощей со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09
ГТК	Грудка цыпленка тушеная с овощами и соусом "ароматная"	75/50	22,21	0,22	11,88	5,97	6,37	219,58
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,20	0,03	5,84	1,44	27,09	174,83
№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	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>34,85</b>	<b>0,50</b>	<b>24,86</b>	<b>12,58</b>	<b>105,44</b>	<b>762,75</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>57,68</b>	<b>0,50</b>	<b>47,69</b>	<b>29,06</b>	<b>179,32</b>	<b>1338,80</b>
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)		54,00	0,00	55,20	0,00	229,80	1632,00
	Отклонение		3,68	0,50	-7,51	29,06	-50,48	-293,20
	Содержание, % от калорийности		18,00		33,00		49,00	



## МЕНЮ 10 день (пятница)

№ п/п	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 - завтрак (дети 8-12)</b>								
№4	Овощи свежие (помидор)	35	0,38	0,00	0,07	0,07	1,78	8,89
№5	Фрикадельки из курицы с отрубями, маслом сливочным	100/5	17,30	0,70	10,83	0,21	11,54	205,54
№3	Рис припущенный с овощами	180	4,58	0,04	7,19	0,64	49,03	278,86
№96	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>26,08</b>	<b>0,74</b>	<b>20,12</b>	<b>1,39</b>	<b>105,54</b>	<b>691,98</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			22,50	0,00	23,00	0,00	95,75	680,00
Отклонение			3,58	0,74	-2,88	1,39	9,79	11,98
Содержание, % от калорийности			16,00		27,00		57,00	

## Меню 10 день 5-11 класс (завтрак и обед) дети с ограниченными возможностями здоровья 218-23

№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>								
№572 (2004)	Овощи свежие (помидор)	35	0,38	0,00	0,07	0,07	1,78	8,89
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями, маслом сливочным	100/5	17,30	0,70	10,83	0,21	11,54	205,54
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,58	0,04	7,19	0,64	49,03	278,86
№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>25,23</b>	<b>0,74</b>	<b>18,53</b>	<b>1,36</b>	<b>95,50</b>	<b>636,60</b>
<b>Обед</b>								
№148 (1996)	Суп с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,29	0,00	7,08	5,12	12,80	138,69
ТТК	Рыба запеченная с овощами	100	20,60	21,56	17,37	5,04	2,81	249,23
№518 (2004)	Картофель отварной	180	3,45	0,03	5,62	0,68	28,48	176,91
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69
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>35,24</b>	<b>21,59</b>	<b>32,55</b>	<b>11,80</b>	<b>102,41</b>	<b>829,47</b>
<b>Итого за день</b>			<b>60,47</b>	<b>22,33</b>	<b>51,07</b>	<b>13,16</b>	<b>197,91</b>	<b>1466,07</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			54,00	0,00	55,20	0,00	229,80	1632,00
Отклонение			6,47	22,33	-4,13	13,16	-31,89	-165,93
Содержание, % от калорийности			17,00		32,00		51,00	

Меню пронумеровано,  
прошнуровано  
10  
000  
и скреплено печатью

