УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Каскад"
Н.А.Елькина _____
"____" _____2026год

СОГЛАСОВАНО
ИО директора МБОУ СОШ №75
Н. В. Репина _____
"____" _____2026 год

Основное десятидневное меню завтраков и обедов для детей, обучающихся в 1-4 классах, являющимися лицами с ограниченными возможностями здоровья

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным питанием (завтрак и обед), в размере 299 рублей 03 копеек)

1 день (понедельник)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
№257(1996)	Каша геркулесовая с маслом	200/5	8,92	2,89	9,55	3,04	39,71	276,37	148	77,3	251	1,9	48,67	54,83	0,85	0,26	1,28
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86	129	31,1	118	1	20,58	23,22	0,01	0,05	1,34
пром.	Блинчики с вишней	80	4,89	0,00	4,09	0,25	31,30	175,33	0	0	0	0	0	0	0,11	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
	Итого за 'Завтрак'	**515,00**	**21,50**	**7,69**	**22,64**	**4,17**	**117,42**	**740,77**	**368**	**122**	**437**	**5**	**110,5**	**129,6**	**1,46**	**0,36**	**7,43**
Обед																	
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	1,95	0,28	5,57	0,08	9,94	95,18	39,9	13,1	31,6	0,5	26,7	280,18	0,21	0,02	9,68
ТТК	Индейка тушеная	60/50	15,95	0,00	11,78	6,93	5,84	193,80	20,3	17,9	33,8	0,5	0	800	3,28	0,03	3,92
№466/3(1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96	8,7	26,3	79,4	0,6	30,64	36,51	0,27	0,04	0,29
ТТК	Напиток Здоровье	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66	387	66,2	49	11	0	86,25	0,42	0,08	12,3
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45	14,1	7,83	9,57	1,9	0	5	0,2	0,02	4
	Итого за 'Обед'	**870,00**	**28,14**	**0,29**	**25,51**	**13,14**	**128,62**	**824,00**	**113**	**91,8**	**231**	**5,1**	**224**	**1120,1**	**6,82**	**0,24**	**25,6**
	Итого за день	**1385,00**	**49,64**	**7,98**	**48,15**	**17,31**	**246,04**	**1564,77**	**481,40**	**213,57**	**667,54**	**10,11**	**334,51**	**1249,67**	**8,28**	**0,60**	**33,04**

2 день (вторник)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
№562 (2014)	Ежики с рисом (свинина)	70	9,68	0,00	8,36	2,80	12,07	153,30	8,33	6,2	22,8	0,3	0	0	1,32	0,02	1,43
№472 (1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04	41,1	32,2	94,8	1,2	35	43,34	0,18	0,16	25,4
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Творог для детей "Наша Маша"	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20	0	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,3	13,8	46,5	1,2	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Завтрак 2 день'	**577,00**	**25,68**	**0,70**	**19,22**	**3,83**	**81,78**	**572,42**	**65,3**	**52,5**	**169**	**2,6**	**35**	**43,68**	**2,12**	**0,25**	**29,6**
Обед																	
ТТК	Помидор пикантный	60	0,59	0,00	4,45	4,06	2,78	61,91	7,48	10,7	14	0,5	0	72,55	2,16	0,03	13,4
№128 (1996)	Рассольник домашний со сметаной	250/10	2,35	0,25	5,77	4,56	15,82	122,43	30,8	24,8	61,5	0,9	9	219,6	2,06	0,08	10,5
№505 (2004)	Кнели из филе цыпленка	90	15,33	2,06	8,20	0,08	5,29	176,48	36,3	4,6	42,5	0,3	57,99	101,59	0,4	0,02	0,29
№463 (1996)	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	150	6,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95	10,1	7,98	44,4	0,8	30,36	34,28	0,82	0,08	0
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	16,31	62,87	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,3	13,8	46,5	1,2	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед 2 день'	**920,00**	**29,24**	**2,34**	**25,49**	**11,93**	**147,44**	**818,58**	**511**	**268**	**446**	**21**	**97,35**	**520,95**	**6,59**	**0,61**	**40,4**
	Итого за день	**1497,00**	**54,92**	**3,04**	**44,71**	**15,76**	**229,22**	**1391,00**	**576,53**	**320,63**	**615,62**	**23,16**	**132,35**	**564,63**	**8,71**	**0,86**	**70,02**

3 день (среда)

Завтрак																	
ТТК	Огурчик пикантный	30	0,22	0,00	2,96	2,23	0,96	30,80	6,31	3,84	11,6	0,2	0	2,8	1,02	0,01	2,74
№63 (2003)	Фрикадельки из курицы с маслом сливочным	70	9,79	0,04	6,07	0,07	6,32	116,47	30,4	4,69	10,9	0,1	24,34	53,87	0,08	0,01	3,9
№274 (1996)	Макаронные изделия "Ассорти" отварные с сыром	150	8,35	3,24	7,10	0,60	34,13	234,03	132	14,2	115	0,8	48,85	55,87	0,8	0,08	0,09
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06	3,92	2,74	12,7	0,2	0	0	0,22	0,02	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак 3 день'	**500,00**	**21,34**	**5,20**	**20,78**	**3,37**	**86,25**	**624,28**	**280**	**56,5**	**272**	**2,7**	**112,6**	**130,81**	**2,72**	**0,22**	**18,4**
Обед																	
№181 (2004)	Уха с перловой крупой	250/25	6,89	0,00	0,63	0,32	19,71	107,90	26,7	20,5	67,8	0,8	87,11	5,88	0,18	0,09	30,7
№433 (2004)	Котлета домашняя с отрубями	90	14,82	0,00	14,96	2,98	5,36	208,98	2,86	3,57	8,04	0,2	0	69,6	1,42	0,01	1,85
ТТК	Картофель отварной	150	3,06	0,03	10,46	0,61	26,85	197,26	18,7	35	89,5	1,4	34,69	43,82	0,21	0,18	30,3
№652 (1996)	Отвар шиповника	200	0,67	0,00	0,27	0,27	16,01	63,51	11,8	3,33	3,33	0,6	0	163,4	0,76	0,01	196
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,3	13,8	46,5	1,2	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед 3 день'	**775,00**	**29,61**	**0,03**	**26,91**	**4,77**	**95,42**	**706,59**	**76,3**	**80,4**	**234**	**4,4**	**121,8**	**283**	**3,32**	**0,37**	**259**
	Итого за день	**1275,00**	**50,95**	**5,23**	**47,69**	**8,14**	**181,67**	**1330,87**	**356,14**	**136,92**	**506,14**	**7,11**	**234,44**	**413,81**	**6,04**	**0,59**	**277,22**

4 день (четверг)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
№297 (1994)	Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/5	9,30	8,78	6,29	0,06	11,00	138,08	93,4	13,8	120	0,3	39,95	44,68	0,22	0,03	0,28
№257 (1996)	Каша пшенная вязкая с маслом сливочным	200/10	8,07	2,83	10,82	1,65	37,89	279,82	117	48	179	1,3	46,92	87,92	0,25	0,18	0,5
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88	3,19	0,82	1,51	0,1	0	0,14	0,01	0	2,74
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45	14,1	7,83	9,57	1,9	0	5	0,2	0,02	4
	Итого за 'Завтрак 4 день'	**647,00**	**25,50**	**15,38**	**20,85**	**2,65**	**104,03**	**697,64**	**287**	**90,3**	**414**	**4,9**	**104,9**	**158,09**	**1,38**	**0,32**	**7,67**
Обед																	
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	6,19	0,00	4,41	2,45	19,61	141,02	17	20,4	54,5	0,9	0	201,8	1,19	0,1	13,2
№401 (1996)	Гуляш из говядины	50/50	15,63	15,01	9,78	2,42	4,01	165,96	7,81	4,22	11,5	0,2	0	14,4	1,21	0,01	0,95
ТТК	Булгур с овощами	150	5,32	0,01	5,03	2,50	33,49	192,35	14,4	9,08	21,6	0,3	14,46	343,33	1,76	0,02	2,79
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	23,19	106,45	31,8	20,6	28,6	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,78
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,3	13,8	46,5	1,2	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед 4 день'	**820,00**	**33,32**	**15,02**	**26,08**	**11,74**	**120,25**	**818,59**	**260,22**	**96,87**	**193,3**	**9,13**	**14,46**	**677,08**	**7,16**	**0,29**	**37,85**
	Итого за день	**1467,00**	**58,82**	**30,40**	**46,93**	**14,39**	**224,28**	**1516,23**	**547,38**	**187,18**	**607,70**	**13,99**	**119,34**	**835,17**	**8,54**	**0,61**	**45,52**

5 день (пятница)

Завтрак																	
ТТК	Помидор пикантный	30	0,29	0,00	2,72	2,06	1,39	30,95	3,74	5,35	6,99	0,2	0	36,27	1,09	0,02	6,68
ТТК	Каша гречневая с курицей и овощами "Царская"	200	15,30	0,02	8,46	3,36	26,90	257,57	25,6	67,3	108	2,3	22,2	417,1	1,54	0,15	32,3
ТТК	Чай ягодный (с брусникой)	200	1,00	0,00	1,23	0,02	27,21	110,87	186	31,8	23,5	5,2	0	41,4	0,2	0,04	5,88
пром.	Блины классические со сгущеным молоком	50/10	4,02	0,71	7,20	2,45	10,40	105,66	30,1	3,33	21,5	0	4,12	4,7	1,12	0,01	0,1
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06	3,92	2,74	12,7	0,2	0	0	0,22	0,02	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак 5 день'	**530,00**	**23,39**	**0,72**	**20,00**	**8,28**	**84,22**	**591,02**	**256**	**120**	**203**	**8,8**	**26,32**	**499,68**	**4,45**	**0,27**	**45**
Обед																	
ТТК	Капуста по домашнему	60	0,80	0,00	3,01	3,01	6,12	53,63	21,9	8,09	14,3	0,4	0	0,3	1,43	0,01	14
ФБУЗ ЕЦОЦ ГОЗРПН Роспотребнадзора по Свердловской области 2018год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	6,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96	41,9	23,1	52,6	1,1	14,7	226,85	2,41	0,05	17,3
№422/3(1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	50/50	9,84	0,00	7,49	3,64	10,11	136,80	13,6	12,2	32,5	0,5	5,78	92,53	1,85	0,03	2,81
№472(1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04	41,1	32,2	94,8	1,2	35	43,34	0,18	0,16	25,4
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69	2,46	5,92	6,79	0,1	73,44	6,2	0	0,02	0,63
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,5	0,4	0	0	0,44	0,04	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,3	13,8	46,5	1,2	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед 5 день'	**838,00**	**26,04**	**0,27**	**25,14**	**18,60**	**115,07**	**850,01**	**113**	**108**	**288**	**5,5**	**43,61**	**267,06**	**9,09**	**0,45**	**78,5**
	Итого за день	**1368,00**	**49,43**	**0,99**	**45,14**	**26,88**	**199,29**	**1441,03**	**368,85**	**227,19**	**491,33**	**14,28**	**69,93**	**766,74**	**13,54**	**0,72**	**123,51**

6 день (понедельник)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
№3(2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	5,75	3,87	4,65	0,74	13,06	117,57	152	16,2	109	0,6	30,87	35,7	0,49	0,04	0,1
№257 (1996)	Каша пшенная вязкая с маслом сливочным	200/5	8,39	2,75	8,01	1,62	40,76	267,15	130	54	200	1,5	47,73	55,27	0,2	0,24	1,22
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86	129	31,1	118	1	20,58	23,22	0,01	0,05	1,34
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06	3,92	2,74	12,7	0,2	0	0	0,22	0,02	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
пром.	Йогурт	130	4,99	5,30	1,71	0,00	6,95	65,98	141	16,9	107	0,1	7,76	12,94	0	0,03	0,31
	Итого за 'Завтрак 6 день'	**610,00**	**24,61**	**13,67**	**24,70**	**3,33**	**100,56**	**716,61**	**515**	**127**	**551**	**4,1**	**154,5**	**180,73**	**1,28**	**0,42**	**2,94**
Обед																	
№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гренками	250/10	4,98	0,00	4,80	4,80	23,86	185,87	28,9	34,4	85,5	2	0	231,9	2,07	0,25	11,5
№403 (1996)	Плов	250	16,48	0,00	16,12	8,53	54,69	446,29	13,5	43,2	118	1	0	318	3,93	0,08	4,36
№638/3(2004)	Компот из изюма	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,19	106,45	31,8	20,6	28,6	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,78
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,5	0,4	0	0	0,44	0,04	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,3	13,8	46,5	1,2	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'обед 6 день'	**770,00**	**27,40**	**0,00**	**24,27**	**14,08**	**129,31**	**886,36**	**74,94**	**116,13**	**305,73**	**5,16**	**179,93**	**618,87**	**7,12**	**0,48**	**44,63**
	Итого за день	**1380,00**	**52,01**	**13,67**	**48,97**	**17,41**	**229,87**	**1602,97**	**590,06**	**243,52**	**856,50**	**9,30**	**334,40**	**799,60**	**8,40**	**0,90**	**47,57**

7 день (вторник)

Завтрак																	
№1 (2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29	6,57	8,09	22,7	0,5	57,82	65,3	0,53	0,04	0
№394(2004)	Тефтели рыбные из филе минтая с соусом сметанным с томатом, отрубями	50/50	7,35	0,32	8,75	5,13	15,08	165,45	25,1	14	36,5	0,5	120,6	42,37	2,59	0,05	21,7
№472(1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04	41,1	32,2	94,8	1,2	35	43,34	0,18	0,16	25,4
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06	3,92	2,74	12,7	0,2	0	0	0,22	0,02	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
пром.	Джем	20	0,11	0,00	0,02	0,02	13,52	52,26	4,26	2,68	3,06	0,1	0	1,76	0,09	0	3,52
	Итого за 'Завтрак 7 день'	**517,00**	**22,30**	**4,05**	**23,37**	**1,77**	**98,28**	**675,24**	**203**	**75,2**	**259**	**3**	**288,8**	**153,54**	**1,31**	**0,31**	**67,3**
Обед																	
№124 (1996)	Щи по-уральски с крупой (пшено), сметаной	250/10	2,10	0,25	10,77	10,24	8,54	138,19	35,9	18	41,8	0,6	9	231,15	4,62	0,04	7,51
№50(2003)	Котлета домашняя с отрубями	90	15,63	15,01	12,15	4,80	4,01	187,31	11,5	4,46	12,3	0,3	0	14,46	2,31	0,01	0,95
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18	10,1	7,98	44,4	0,8	30,36	34,28	0,82	0,08	0
ТТК	Напиток из брусники	200	1,20	0,00	0,51	0,00	39,25	133,66	387	66,2	49	11	0	86,25	0,42	0,08	12,3
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,5	0,4	0	0	0,44	0,04	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,3	13,8	46,5	1,2	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед 7 день '	**780,00**	**28,48**	**15,29**	**28,62**	**16,48**	**107,84**	**789,92**	**81,62**	**51,28**	**172**	**3,6**	**39,36**	**366,99**	**8,94**	**0,24**	**135,86**
	Итого за день	**1297,00**	**50,78**	**19,34**	**51,99**	**18,25**	**206,12**	**1465,16**	**284,20**	**126,51**	**430,71**	**6,59**	**328,20**	**520,53**	**10,25**	**0,55**	**203,20**

8 день (среда)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
ТТК	Помидор пикантный	20	0,20	0,00	1,82	1,37	0,93	20,64	2,49	3,56	4,66	0,2	0	24,18	0,73	0,01	4,45
№274 (1996)	Макароные изделия отварные "Ассорти"с сыром	200	15,06	5,78	15,77	0,74	32,04	355,94	230	21,1	182	1,1	109,3	124,67	1,07	0,1	0,15
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Желе фруктовое	200	2,00	0,56	1,75	0,02	17,00	76,00	41,1	14,5	27,5	0,3	128,5	10,85	0	0,03	1,11
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06	3,92	2,74	12,7	0,2	0	0	0,22	0,02	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак 8 день '	**710,00**	**20,24**	**4,45**	**19,79**	**6,57**	**83,11**	**595,89**	**220**	**50,4**	**228**	**2,8**	**188,3**	**103,58**	**4,05**	**0,21**	**7,62**
Обед																	
Роспотребнадзора по Свердловской области 2018года	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	128,96	41,9	23,1	52,6	1,1	14,7	226,85	2,41	0,05	17,3
№470 (2004)	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	90	14,40	0,02	12,13	0,24	7,80	197,39	8,74	20,7	45,8	0,8	21,24	23,51	0,59	0,04	0
ТТК	Булгур с овощами	150	5,32	0,01	3,59	0,06	33,49	180,32	14,4	9,08	21,5	0,3	14,46	343,33	0,66	0,02	2,79
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45	31,8	20,6	28,6	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,78
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Обед 8 день '	**810,00**	**26,80**	**0,27**	**23,35**	**5,97**	**109,73**	**723,12**	**121,09**	**96,95**	**218,87**	**4,35**	**50,4**	**755,63**	**5,61**	**0,23**	**31,43**
	Итого за день	**1520,00**	**47,04**	**4,72**	**43,14**	**12,54**	**192,84**	**1319,01**	**340,91**	**147,39**	**447,36**	**7,10**	**238,70**	**859,21**	**9,66**	**0,44**	**39,05**

9 день (четверг)

Завтрак																	
№297 (1994)	Запеканка из творога со сгущенным молоком	60/10	11,50	10,88	7,82	1,53	15,39	177,85	126	17,5	153	0,4	39,4	43,9	0,9	0,04	0,38
№257 (1996)	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	200/5	5,87	2,82	10,89	0,44	39,95	244,74	123	35,5	154	0,6	48,2	54,3	0,23	0,07	1,25
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45	14,1	7,83	9,57	1,9	0	5	0,2	0,02	4
	Итого за 'Завтрак 9 день'	**635,00**	**23,04**	**15,36**	**19,59**	**1,38**	**109,91**	**673,44**	**290**	**77**	**388**	**4**	**223,8**	**124,32**	**1,35**	**0,5**	**25,3**
Обед																	
ТТК	Огурчик пикантный	60	0,47	0,00	5,93	4,46	2,06	62,22	13,5	8,23	24,8	0,4	0	6	2,04	0,02	5,88
№129 (1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	17,47	129,99	27,5	23,5	68,6	0,9	9	219	2,08	0,08	6,71
№493 (2004)	Филе голени индейки тушенное в сметанном соусе	50/50	14,23	0,32	10,89	3,99	4,53	199,15	13,9	2,12	13,5	0,1	29,94	33,06	1,92	0,01	0,15
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04	41,1	32,2	94,8	1,2	35	43,34	0,18	0,16	25,4
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27	6,08	1,57	1,57	0,3	0	86,8	0,34	0,01	127
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Обед 9 день'	**830,00**	**28,52**	**1,27**	**28,57**	**14,01**	**110,11**	**818,07**	**495,52**	**145,46**	**300,77**	**14,47**	**73,94**	**387,85**	**7,25**	**0,42**	**50,43**
	Итого за день	**1465,00**	**51,56**	**16,63**	**48,16**	**15,39**	**220,02**	**1491,51**	**785,99**	**222,47**	**688,68**	**18,51**	**297,70**	**512,17**	**8,60**	**0,92**	**75,71**

10 день (пятница)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
№3(2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	5,75	3,87	4,65	0,74	13,06	117,57	152	16,2	109	0,6	30,87	35,7	0,49	0,04	0,1
ТТК	Огурцы свежие с салатом айсберг	50	0,55	0,00	0,07	0,07	2,09	9,97	24,4	12,6	19,5	0,3	0	66,18	0,18	0,01	6,04
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	15,23	15,23	20,01	2,25	2,80	251,71	115	19,3	251	2,8	312,8	334,43	1,74	0,09	0,54
№ 692 (2004)	Кофейный напиток с молоком	200	3,10	2,90	2,29	0,00	24,64	126,90	106	12,2	78,3	0,1	12	22	0	0,03	0,52
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	31	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак 10 день'	**505,00**	**28,15**	**18,72**	**27,50**	**3,38**	**83,74**	**657,42**	**269**	**63**	**429**	**5**	**339,7**	**449,7**	**3,08**	**0,24**	**7,14**
Обед																	
№572 (2004)	Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	60	0,57	0,00	0,09	0,09	2,58	12,44	11,5	10,2	20,3	0,5	0	45,15	0,25	0,03	10,6
№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гренками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14	60,8	24,2	77	0,6	36,26	491,8	0,27	0,08	12,4
ТТК	Фрикадельки мясные с отрубями, чесночно-сливочным соусом	75/50	14,23	1,51	13,32	0,52	8,02	207,45	70,7	14,7	64,6	0,4	31,31	35,27	0,42	0,04	0,77
ФБУЗ ЕМНЦ ПОЗиП) Роспотребнадзора по Свердловской области 2018год	Каша гречневая вязкая с овощами (гарнир)	150	4,39	0,02	7,42	3,54	34,50	174,71	17,5	71,3	111	2,4	27,75	326	1,49	0,15	1,7
№588(1994)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69	2,46	5,92	6,79	0,1	73,44	6,2	0	0,02	0,63
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,1	0,3	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,3	13,8	46,5	1,2	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед 10 день'	**820,00**	**27,93**	**1,79**	**27,64**	**9,78**	**116,78**	**745,08**	**105,42**	**124,83**	**277,8**	**5,12**	**77,24**	**905,29**	**5,21**	**0,35**	**27,59**
	Итого за день	**1325,00**	**56,08**	**20,51**	**55,14**	**13,16**	**200,52**	**1402,50**	**374,03**	**187,87**	**707,28**	**10,12**	**416,95**	**1354,99**	**8,29**	**0,59**	**34,73**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 426456552816304982968298641396380596952160717966

Владелец Филатова Дарья Валерьевна

Действителен С 18.09.2026 по 18.09.2027