

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

2025 г.

МЕНЮ

Утверждено

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

"Экспресс-2025" г.

1 день, понедельник, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302	Каша рисовая молочная	200	5,65	6,83	40,78	245,99	111,9	31,49	137,4	0,52	27,89	51,8	0,24	0,05	0,51	32,60
112	Омлет натуральный	62,7	5,49	6,43	1,37	85,12	47,8	7,34	87,41	0,91	72,08	126,23	0,27	0,03	0,13	29,30
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		512,70	15,61	15,21	85,08	534,80	169	44,9	258,4	1,95	100,9	179,72	1,81	0,13	0,64	
Обед																
131/2004	Рассольник Домашний	250	2,14	3,95	15,54	103,91	30,19	24,53	58,33	0,96	17,7	236,25	0,22	0,08	10,5	26,85
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	2,12
260	Гуляш из свинины	50/50	11,29	26,26	3,50	294,97	21,58	19,72	121	1,21	0	16	2,3	0,52	3,02	62,19
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18,14	124,5	187,2	4,21	23,9	45,51	0,64	0,22	0	18,65
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
Итого за 'Обед'		762,00	26,57	40,12	106,77	877,71	85,89	176	404,4	6,95	49,92	307,59	4,49	0,88	14,65	187,00

95.02

Согласовано

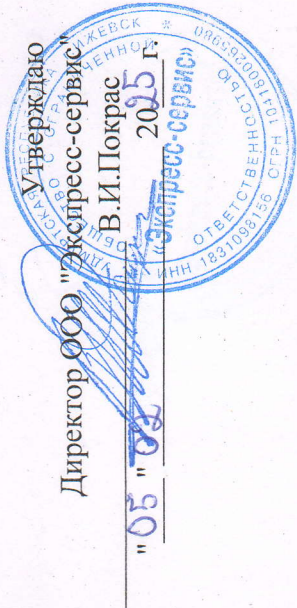
ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"05" 02 2025 г.

МЕНЮ

2 день, вторник, 7-11 лет, осенне-зимний период



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ГЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	150	6,13	7,52	32,29	219,30	95,74	28,85	145,6	1,54	35,55	65,48	0,75	0,1	0,39	25,91
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
338	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	32,90
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		550,00	11,21	10,07	92,63	496,00	129	48,42	195,7	5,36	36,53	74,67	2,35	0,2	15,39	
Обед																
148	Суп-лапша с окорочком	250/12,5	5,95	5,63	15,26	134,19	21,23	11,01	27,75	0,81	22,02	232,65	0,46	0,05	0,6	25,54
155	Гуляш куриный	50/50	13,24	5,38	4,78	119,90	11,79	5,6	15,31	0,31	0	21,5	2,33	0,01	1,31	51,82
94/2008	Рис припущенный	150	3,48	4,31	36,63	199,78	10,73	23,22	70,69	0,52	18,76	34,61	0,26	0,03	0	19,98
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	9,50
2	Батон школьный	88	7,55	3,36	51,35	264,77	15,68	10,68	59,08	0,84	1,72	2,97	2,29	0,09	0	6,37
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	8,53
Итого за 'Обед'		805,49	30,39	22,31	130,61	840,15	66,89	52,19	177,4	2,63	62,5	314,55	5,44	0,18	4,47	187,00

05.02

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"05" 02 2025 г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И.Покрас

"05" 02 2025 г.

«Экспресс-сервис»
ОТВЕТСТВЕННЫЙ
ИНН 1831098156

3 день, среда, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302/2004	Каша пшенная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	27,76
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
ТТК 15	Сдоба Выборгская	50	3,53	2,87	30,14	158,56	13,62	6,64	31,52	0,48	1,95	3,38	1,6	0,04	0,01	5,54
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		500,00	16,06	14,07	114,49	641,21	140,3	60,7	243,4	2,31	43,81	81,78	3,22	0,27	0,51	
Обед																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	20,84
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	2,12
90	Котлета рыбная Любительская /минтай/	90	11,48	6,46	6,26	127,80	49,71	38,35	173,4	0,98	26,74	392,73	2,9	0,09	0,82	58,50
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	31,49
2	Батон школьный	86,9	7,45	3,31	50,71	261,43	15,48	10,54	58,34	0,82	1,69	2,94	2,27	0,09	0	6,29
638	Компот из кураги	200	0,98	0,05	30,72	116,29	28,69	18,27	25,4	0,61	0	116,6	1,1	0,01	0,32	17,67
Итого за 'Обед'		794,38	28,40	21,67	122,88	781,62	178	119,2	390,4	4,75	77,01	750,71	6,73	0,37	19,5	187,00

0502

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

" 05 " 02 2025 г.

Утверждено

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

" 05 " 02 2025 г.

МЕНЮ

4 день, четверг, 7-11 лет, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302	Каша манная молочная	200	7,03	6,83	39,60	246,07	116,5	19,13	112,3	0,52	27,89	51,8	0,73	0,07	0,51	27,78
112	Омлет натуральный	66,5	5,82	6,83	1,45	90,32	50,72	7,79	92,75	0,97	76,48	133,94	0,28	0,03	0,14	31,09
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,32
Итого за 'Завтрак'		516,53	18,69	16,71	86,18	563,88	229,4	39,08	277,8	2,05	111,4	198,43	2,32	0,17	0,91	
Обед																
41	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04	12	19,92
ттк 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	8,43	0,78	5,88	0,02	14,7	16	0,04	0	0,03	4,24
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	52,75
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	22,49
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Обед'		762,50	29,78	23,81	102,64	734,20	127,9	61,59	226,5	3,93	99,62	329,06	5,3	0,28	12,34	187,00

2025

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"05" 02 2025 г.

МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

"05" 02 2025 г.

"Экспресс-сервис"

5 день, пятница, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход,		Жиры	Углево-	ЭЦ,	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена,		
		г	г				Белки	ды, г	ккал	Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг
Завтрак																
251	Запеканка из творога с морковью	54,6	7,37	8,49	5,18	110,14	65,91	13,41	90,08	0,34	19,43	286,69	0,68	0,02	0,34	30,32
ТТК 152	Сгущенное молоко (соус)	10	5,05	0,68	0,75	28,75	27,02	2,96	19,05	0,02	2,52	4,7	0,02	0	0,04	5,72
302	Каша овсяная молочная	200	44,23	8,99	10,31	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	27,17
2	Батон школьный	50	29,18	4,29	1,91	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
685	Чай с сахаром	200	13,76	0,18	0,04	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		514,62	99,59	22,62	18,19	641,19	254,9	94,1	406,4	2,98	68,93	344,35	2,92	0,36	1,63	
Обед																
132	Рассольник Ленинградский	250	17,20	2,17	3,97	111,47	22,05	22,87	64,47	0,9	17,7	235,65	0,25	0,08	6,7	24,77
271	Котлеты домашние	90	11,53	5,23	12,90	182,75	12,28	10,16	58,06	0,76	2,96	3,34	2,61	0,15	0,22	60,27
97	Макаронные изделия отварные	150	35,10	5,45	4,23	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	22,23
2	Батон школьный	100	58,36	8,58	3,81	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	7,24
685	Чай с сахаром	200	13,76	0,18	0,04	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Обед'		790,00	135,96	21,61	24,96	848,12	70,36	52,98	232	3,46	40,29	274,98	6,3	0,4	6,92	187,00

0502

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"05" 02

2025 г.

МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

"05" 02

2025 г.

«Экспресс-сервис»

6 день, понедельник, 7-11 лет, осенне - зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
160/2004	Суп молочный с макаронами	250	5,48	4,43	20,65	143,15	142,1	18,39	114,7	0,45	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	22,66
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
739	Слойка с повидлом	75	3,63	10,93	38,64	332,66	13,38	6,74	5,75	0,74	37,05	61,9	0,8	0,04	0,06	31,27
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		575,00	13,58	17,31	102,23	679,49	164,8	31,2	154	1,7	60,11	104,15	2,43	0,15	0,71	
Обед																
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	26,79	20,34	51,08	0,73	17,7	240,11	0,2	0,08	9	23,42
ттк 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	2,12
268	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	90	11,92	21,64	15,53	304,10	35,61	22,86	128,8	1,55	3,71	5,3	3,24	0,35	0,06	64,20
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	12,02	65,54	99,08	2,23	18,76	35,36	0,35	0,12	0	15,94
2	Батон школьный	74,3	6,37	2,83	43,37	223,60	13,24	9,02	49,9	0,71	1,45	2,51	1,94	0,08	0	5,38
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
Итого за 'Обед'		788,81	28,66	36,05	108,60	861,23	97,27	122	333,1	5,62	53,29	291,42	5,81	0,64	10,19	187,00

0802

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"05" 02 2025 г.

МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

"05" 02 2025 г.

«Экспресс-сервис»

7 день, вторник, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.	
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг		С, мг
Завтрак																
119	Каша Дружба	150	5,35	6,62	33,21	212,45	95,43	33,57	133,1	0,78	43,34	49,41	0,17	0,12	0,93	20,26
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
338	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	32,90
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
Итого за 'Завтрак'		550,00	10,42	9,17	93,55	489,16	128,7	53,14	183,2	4,59	44,32	58,6	1,78	0,22	15,93	
Обед																
148	Суп-лапша с окорочком	250/12,5	5,95	5,63	15,26	134,19	21,23	11,01	27,75	0,81	22,02	232,65	0,46	0,05	0,6	25,54
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	52,75
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	29,79
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	9,50
2	Батон школьный	96,4	8,27	3,68	56,27	290,10	17,18	11,7	64,73	0,92	1,88	3,26	2,51	0,1	0	6,98
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Обед'		803,91	33,29	22,79	120,25	805,20	175,2	61,92	198,5	3,6	66,77	376,39	6,26	0,24	32,55	187,00

7050

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными

возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"05" . 02 2025 г.

МЕНЮ

8 день, среда, 7-1

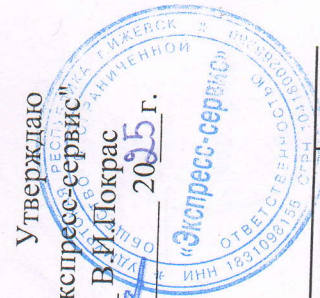
1 лет, осенне-зимний период

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

"05" . 02 2025 г.



№	Наименование блюда	Выход, г		Белки	Жиры	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины			Цена, руб.	
		всего	Жиры					Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг		С, мг
Завтрак																	
162	Салат Сезонный	100	1,23	6,24	9,31	94,59	34,5	12,48	29,91	0,53	0	5,15	3,18	0,02	11,42	31,25	
333	Макаронны с сыром	150	8,30	7,94	28,72	220,07	145,7	13,29	110,8	0,72	18,9	35,7	2,75	0,04	0,04	31,26	
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62	
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83	
Итого за 'Завтрак'		500,00	14,01	16,13	80,97	518,34	189,5	31,84	174,3	1,76	19,88	42,54	7,23	0,12	11,46		
Обед																	
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,30	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	20,84	
252	Сметана	10	0,25	1,36	0,33	20,12	8,43	0,78	5,88	0,02	14,7	16	0,04	0	0,03	4,24	
260	Гуляш из свинины	50/50	11,29	26,26	3,50	294,97	21,58	19,72	121	1,21	0	16	2,3	0,52	3,02	62,19	
94/2008	Рис припущенный	150	3,48	4,21	36,63	199,78	10,73	23,22	70,69	0,52	18,76	34,61	0,26	0,03	0	19,98	
2	Батон школьный	76,9	6,60	2,43	44,90	231,52	13,71	9,34	51,66	0,73	1,5	2,6	2,01	0,08	0	5,57	
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22	
Итого за 'Обед'		793,94	23,53	39,32	112,89	892,69	93,51	73,79	295,6	3,52	52,66	260,1	4,82	0,68	12,23	187,00	

0102

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"05" 02 2025 г.

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

"05" 02 2025 г.

МЕНЮ

9 день, четверг, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг		
Завтрак																	
302/2004	Каша пшенная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	27,76	
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62	
ТТК 161	Слойка с вареной сгущенкой	50	3,61	8,96	23,01	234,88	51,87	8,4	33,94	0,31	30,5	51,77	0,57	0,04	0,07	27,12	
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83	
Итого за 'Завтрак'		500,00	16,13	20,16	107,35	717,53	178,5	62,46	245,8	2,13	72,36	130,17	2,19	0,27	0,57		
Обед																	
48	Суп Крестьянский с крупой	250	1,91	3,86	14,73	99,02	27,68	18,44	45,72	0,63	17,7	234,3	0,21	0,04	8	19,25	
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34	
388	Котлета рыбная /минтай/	90	11,33	7,26	13,76	165,34	38,76	33,95	152,1	1	5,48	6,47	3,93	0,1	0,12	55,67	
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	31,49	
2	Батон школьный	84,1	7,21	3,21	49,10	253,12	14,99	10,21	56,48	0,8	1,64	2,84	2,19	0,09	0	6,09	
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83	
Итого за 'Обед'		786,62	27,34	21,42	112,92	746,14	125,6	94,26	339,6	3,83	48,34	283,3	6,58	0,36	18,4	187,00	

0502

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"05" 02 2025 г.

МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Цокрас

"05" 02 2025 г.

"Экспресс-сервис"

10 день, пятница, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
268	Десерт в фруктовом соусе	90,1	0,41	0,22	29,50	114,41	15,19	8,77	11,39	1,35	0	25,82	0,33	0,02	5,45	22,13
173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200	8,18	10,03	43,06	292,40	127,7	38,47	194,1	2,06	47,4	87,3	1	0,14	0,52	34,54
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		540,11	13,06	12,21	115,50	610,50	152,2	53,31	239,1	3,92	48,38	114,81	2,63	0,21	5,97	
Обед																
41	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04	12	19,92
ТТК 197	Окорочок куриный / 1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
155	Гуляш куриный	50/50	13,24	5,38	4,78	119,90	11,79	5,6	15,31	0,31	0	21,5	2,33	0,01	1,31	51,82
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	22,23
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	9,50
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	7,24
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Обед'		817,50	32,79	22,64	121,85	813,92	87,42	46,55	166,8	3,12	61,65	315,05	6,07	0,24	13,31	187,00

0502