Согласовано:
Директор ГБОУ СО "Екатеринбургская
Клочкова С.И.

Утверждаю:
Директор ООО "Общественное питание"
"ОБЩЕСТВЕННОЕ ПИТАНИЕ"

МЕНЮ

8 день

*Возраст детей 7 - 11 лет* *Дата* 2026 г

| Но-мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы-ход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | всего | в т.ч. жив. | всего | в т.ч. раст. | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | |
| 47/3 | Макаронные изделия отварные с сыром | 180 | 8,01 | 2,40 | 5,61 | 0,72 | 35,11 | 223,05 | |
| - | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 0,08 | 7,25 | 0,00 | 0,13 | 66,06 | |
| - | Батон витаминизированный | 30 | 2,31 | 0,00 | 0,90 | 0,90 | 15,99 | 80,86 | |
| 29.окт | Чай с лимоном (вариант 2) | 180 | 0,11 | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 4,56 | 18,48 | |
| - | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,00 | 0,40 | 0,40 | 11,60 | 48,68 | |
| | Итого за 'Завтрак' | | 10,9 | 2,48 | 14,19 | 2,04 | 67,39 | 437,13 | 87,74 |
| | Обед | | | | | | | | |
| - | Огурец соленый | 60 | 0,47 | 0 | 0,06 | 0,06 | 1,47 | 8,40252 | |
| 20/2 | Суп из овощей со сметаной | 200 | 1,62 | 0 | 5,5 | 4,91 | 10,39 | 94,9728 | |
| 4/8 | Плов из мяса | 200 | 13,84 | 10,88 | 23,15 | 8,52 | 36,71 | 409,213 | |
| 37/10/2 | Напиток лимонный | 180 | 0,13 | 0 | 0,01 | 0,01 | 12,43 | 49,852 | |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0 | 0,2 | 0,2 | 14,07 | 67,1703 | |
| - | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0 | 0,48 | 0,48 | 16,68 | 77,352 | |
| | Итого за 'Обед' | | 20,68 | 10,88 | 29,4 | 14,18 | 91,76 | 706,96 | 168,19 |
| | Итого за день | | 35,45 | 17,23 | 40,33 | 16,23 | 159,02 | 1130,62 | 255,93 |

*Возраст детей 12 лет и старше*

| Но-мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы-ход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | всего | в т.ч. жив. | всего | в т.ч. раст. | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | |
| 47/3 | Макаронные изделия отварные с сыром | 220 | 9,78 | 2,94 | 6,86 | 0,88 | 42,92 | 272,623 | |
| - | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 0,08 | 7,25 | 0 | 0,13 | 66,064 | |
| - | Батон витаминизированный | 50 | 3,85 | 0 | 1,5 | 1,5 | 26,65 | 134,76 | |
| 29/10 | Чай с лимоном (вариант 2) | 200 | 0,12 | 0 | 0,02 | 0,02 | 5,06 | 20,5303 | |
| - | Фрукты | 100 | 0,4 | 0 | 0,4 | 0,4 | 11,6 | 48,68 | |
| | Итого за 'Завтрак' | | 14,23 | 3,02 | 16,04 | 2,81 | 86,36 | 542,66 | 94,00 |
| | Обед | | | | | | | | |
| - | Огурец соленый | 100 | 0,78 | 0,00 | 0,10 | 0,10 | 2,45 | 14,00 | |
| 20/2 | Суп из овощей со сметаной | 250 | 2,03 | 0,00 | 6,87 | 6,14 | 12,99 | 118,72 | |
| 4/8 | Плов из мяса | 220 | 15,22 | 11,97 | 25,47 | 9,37 | 40,38 | 450,13 | |
| 37/10/2 | Напиток лимонный | 180 | 0,13 | 0,00 | 0,01 | 0,01 | 12,43 | 49,85 | |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,00 | 0,20 | 0,20 | 14,07 | 67,17 | |
| - | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,00 | 0,60 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | |
| | Итого за 'Обед' | | 23,44 | 11,97 | 33,25 | 16,42 | 103,18 | 796,57 | 183,65 |
| | Итого за день | | 42,86 | 20,17 | 47,36 | 19,23 | 189,41 | 1343,3 | 277,65 |