

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Каскад"

Н.А. Елькина

2025г

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №184 «Новая школа»

Е.В. Ершова

2025г

**Основное десятидневное меню завтраков и обедов для детей, обучающихся в 5-11 классах, являющимися лицами с ограниченными возможностями здоровья
МАОУ СОШ №184 «Новая школа»
(за счет средств федерального и областного бюджета в виде субсидий на сумму 321 рубль 40 копеек)**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

1 день (понедельник)

Завтрак

№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/10/25	4,51	2,63	11,43	0,74	13,14	173,65
№257 (1996)	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250/5	7,33	3,52	7,60	0,54	49,93	296,77
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,48	0	0,16	0,16	10,15	48,06
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
Итого за 'Завтрак'			18,93	9,13	22,94	2,67	113,34	724,70

Обед

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	50,51
№131 (1996)	Суп картофельный с рыбой(минтай)	250/15	6,15	3,68	4,08	2,48	19,98	141,42
№493 (2004)	Филе цыплят тушенное в сметанном соусе	75/50	22,08	0,32	10,58	3,99	8,05	209,50
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,42	0,03	6,50	1,41	49,18	201,50
ТТК	Напиток из брусники	200	0,17	0,00	0,12	0,00	25,48	98,62
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
Итого за 'Обед'			38,27	4,03	21,91	8,51	130,35	811,55
Итого за день			57,20	13,16	44,85	11,18	243,69	1536,25

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

2 день (вторник)

Завтрак

№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№257 (1996)	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке с маслом сливочным	240/10	12,06	5,64	16,14	3,24	46,73	375,46
пром.	Творожок "Наша маша" классический	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20
№692 (2004)	Кофейный напиток с молоком	200	1,95	1,56	1,45	0,00	19,52	95,17
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90

пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,48	0	0,16	0,16	10,15	48,06
Итого за 'Завтрак '			30,24	9,78	26,33	4,38	101,63	753,18

Обед

ТТК	Салат с пекинской капустой, кукурузой, льняным маслом	100	3,46	2,49	12,20	7,47	6,45	148,28
№120 91996	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	250/10	6,23	0,25	5,21	2,65	11,08	112,73
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	100	13,83	0,00	15,84	3,89	14,39	318,06
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	28,08	183,65
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	2,61	0,00	20,29	108,24
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
Итого за 'Обед '			31,36	3,58	42,73	15,09	103,69	980,95
Итого за день			61,60	13,36	69,06	19,47	205,32	1734,14

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

3 день (среда)

Завтрак

№3 (2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29
№276 (1996)	Макаронные изделия отварные с сыром	200	12,06	5,78	15,42	0,74	42,04	355,94
ТТК	Помидор пикантный (дополнительный гарнир)	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
пром.	Джем (в индивидуальной упаковке)	20	0,11	0,00	0,02	0,02	13,52	52,26
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Завтрак'			18,21	5,83	27,80	4,30	108,79	751,42

Обед

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	50,51
№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
№320 (1996)	Рыба запеченная под молочным соусом с сыром	70/30	19,38	19,17	14,42	1,30	2,07	215,88
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	180	4,37	0,03	5,73	0,62	37,52	200,74
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	33,08	125,04
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
Итого за 'Обед'			33,49	20,29	26,34	3,00	124,73	864,30
Итого за день			51,70	26,12	54,14	7,30	233,52	1615,72

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

4 день (четверг)

Завтрак

№261 (1996)	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)	250	8,31	4,56	10,97	1,74	51,09	276,91
-------------	---------------------------------------	-----	------	------	-------	------	-------	--------

ТТК	Блины классические со сгущенным молоком	100/20	10,04	1,41	11,40	4,90	10,88	211,32
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Завтрак'			25,81	8,95	26,01	7,71	106,76	722,08

Обед

№83(1982)	Салат из квашеной капусты с яблоками, брусникой	100	1,30		5,00		8,30	89,00
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	3,05	2,45	19,61	130,98
№430(1996)	Запеканка картофельная с мясом(говядина, свинина), маслом сливочным	243/5	19,90		23,30		41,90	469,00
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
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
Итого за 'Обед'			31,60	0,00	31,85	2,95	108,66	860,53
Итого за день			57,41	8,95	57,86	10,66	215,42	1582,61

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

5 день (пятница)

Завтрак

№3 (2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	14,60	15,54	22,98	7,99	2,60	275,20
№329 (1982)	Зеленый горошек консервированный отварной (дополнительный гарнир)	30	1,39	0,01	1,57	0,06	3,82	31,91
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Джем (в индивидуальной упаковке)	20	0,11	0,00	0,02	0,02	13,52	52,26
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Завтрак '			22,14	15,60	34,27	9,74	81,86	710,45

Обед

ТТК	Салат из свежих огурцов и помидоров с пекинской капустой, льняным маслом	100	0,93	0,00	9,94	7,45	4,23	108,89
ФБУН ЕМНЦ Роспотребнадзора по Свердловской области 2018 год	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№401 (1996)	Гуляш из говядины	50/50	15,63	15,01	12,15	4,80	4,01	187,31
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	43,99	254,62
№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	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед'			28,98	15,29	35,67	18,71	115,96	884,05
Итого за день			51,12	30,89	69,94	28,45	197,82	1594,50

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

6 день (понедельник)

Завтрак

№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/10/25	4,51	2,63	11,43	0,74	13,14	173,65
№257 (1996)	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250/5	10,71	3,70	13,44	3,88	46,12	343,57
ТТК	Чай ягодный (с брусникой)	200	0,22	0,00	0,07	0,07	21,06	81,23
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
Итого за 'Завтрак'			19,34	6,33	25,77	5,57	114,28	752,89

Обед

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	50,51
№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гренками	250/10	4,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№423 (2004)	Бефстроганов из говядины	50/50	10,80	10,05	13,70	5,85	6,24	242,28
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,20	0,03	5,84	1,44	27,09	174,83
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	20,11	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
Итого за 'Обед'			25,65	10,08	24,97	12,52	110,28	858,14
Итого за день			44,99	16,41	50,74	18,09	224,56	1611,03

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

7 день (вторник)

Завтрак

№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/10/25	4,51	2,63	11,43	0,74	13,14	173,65
№257 (1996)	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом сливочным	250/5	8,07	2,83	10,82	1,65	37,89	279,82
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Творожок "Наша маша" классический	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Завтрак'			25,36	5,46	27,79	2,93	93,59	719,55

Обед

ТТК	Салат из свежих огурцов и помидоров с пекинской капустой, льняным маслом	100	0,93	0,00	9,94	7,45	4,23	108,89
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,74	0,00	3,05	2,45	19,61	130,98
№403 (1996)	Плов (с говядиной)	250	5,28	0,00	8,53	8,53	54,69	316,07
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,32	0,32	20,30	96,12
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед'			18,24	0,00	22,14	19,05	135,19	796,42
Итого за день			43,60	5,46	49,93	21,98	228,78	1515,97

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

8 день (среда)

Завтрак

№3 (2004)	Бутерброд с маслом, сыром (батон)	10/10/25	4,51	2,63	11,43	0,74	10,14	173,65
№257 (1996)	Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным	250/5	11,15	3,43	9,00	2,02	49,84	290,00
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	8,56	44,45
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Завтрак'			23,50	9,04	24,42	4,23	113,33	741,96

Обед

<small>ФБ УН ЕМНЦ ПОЗРШП Республики Беларусь по Свердловской области 2014 год</small>	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
ТТК	Палочки рыбные	120	20,18	1,04	9,32	7,32	24,93	258,64
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	4,28	0,93	7,10	0,67	31,20	204,04
№329 (1982)	Зеленый горошек консервированный отварной (дополнительный гарнир)	30	1,39	0,01	1,57	0,06	3,82	31,91
№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	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед'			31,65	2,23	25,70	13,73	123,68	827,81
Итого за день			55,15	11,27	50,12	17,96	237,01	1569,76

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

9 день (четверг)

Завтрак

№297 (1994)	Запеканка (сырники) из творога со сгущенным молоком	60/10	11,79	11,14	8,14	0,07	14,27	177,67
№257 (1996)	Каша Дружба молочная вязкая с маслом сливочным	250/5	5,89	2,85	10,93	0,44	39,99	281,37
№692 (2004)	Кофейный напиток с молоком	200	1,95	1,56	1,45	0,00	19,52	95,17
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90

пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Завтрак'			23,15	15,55	21,00	0,99	97,18	664,21
Обед								
№7 (2003)	Салат "Здоровье" с пекинской капустой с льняным маслом	100	0,92	0,00	9,93	7,37	4,86	111,03
№129/3(199)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	19,47	129,99
ТТК	Индейка тушеная	100	14,49	0,22	10,93	4,01	6,37	180,14
ТТК	Рис по турецки с вермишелью	180	2,86	0,02	4,74	1,83	46,42	248,17
ТТК	Напиток из брусники	200	0,17	0,00	0,12	0,00	25,48	98,62
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
Итого за 'Обед'			24,34	0,49	32,00	18,28	126,00	877,95
Итого за день			47,49	16,04	53,00	19,27	223,18	1542,16

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

10 день (пятница)

Завтрак

№3 (2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом	150/5	14,60	15,54	22,98	7,99	2,60	275,20
ТТК	Огурчик пикантный	30/3	0,24	0,00	2,97	2,23	1,03	41,11
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Джем (в индивидуальной упаковке)	20	0,11	0,00	0,02	0,02	13,52	52,26
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Завтрак'			20,99	15,59	35,67	11,91	79,07	719,65

Обед

№572 (2004)	Овощи свежие (в нарезке)	100	0,93	0,00	0,15	0,15	4,26	50,51
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
№47 (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	43,99	254,62
№ 65(2003)	Напиток Здоровье	200	1,4	0,4	1,3	0	27,4	133,00
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
Итого за 'Обед'			33,95	15,60	27,65	6,77	118,59	861,91
Итого за день			54,94	31,19	63,32	18,68	197,66	1581,57