

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 1-4 классах, являющимися лицами с ограниченными возможностями здоровья**

**МАОУ СОШ №184 «Новая школа»**

**(за счет средств федерального и областного бюджета в виде субсидий на сумму 271 рубль 59 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	200/5	5,87	2,82	5,89	0,44	39,95	244,74
№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	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>18,22</b>	<b>8,43</b>	<b>21,31</b>	<b>2,65</b>	<b>108,44</b>	<b>696,70</b>

**Обед**

№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)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	35,31	187,92
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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>36,44</b>	<b>4,03</b>	<b>20,68</b>	<b>8,13</b>	<b>112,22</b>	<b>747,46</b>
<b>Итого за день</b>			<b>54,66</b>	<b>12,46</b>	<b>41,99</b>	<b>10,78</b>	<b>220,66</b>	<b>1444,16</b>

№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**

№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	2,95	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	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>27,53</b>	<b>7,20</b>	<b>23,07</b>	<b>3,72</b>	<b>93,65</b>	<b>676,82</b>

**Обед**

№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	117,73
------------	--	--------	------	------	------	------	-------	--------

№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, свинина)	90	12,44	0,00	10,68	3,53	12,94	200,65
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	163,04
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
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>25,87</b>	<b>0,95</b>	<b>24,31</b>	<b>7,16</b>	<b>91,11</b>	<b>699,65</b>
<b>Итого за день</b>			<b>53,40</b>	<b>8,15</b>	<b>47,38</b>	<b>10,88</b>	<b>184,76</b>	<b>1376,48</b>

№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	150	10,13	2,98	10,17	0,66	34,43	261,99
ТТК	Помидор пикантный (подгарнировка)	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	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>16,28</b>	<b>3,03</b>	<b>22,55</b>	<b>4,22</b>	<b>101,18</b>	<b>657,47</b>

#### Обед

№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, гречками	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	162,14
№320 (1996)	Рыба запеченная под молочным соусом с сыром	60/30	2,74	2,09	9,10	1,30	9,07	125,77
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	33,08	125,04
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
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 'Обед'</b>			<b>15,57</b>	<b>3,21</b>	<b>20,31</b>	<b>3,14</b>	<b>140,14</b>	<b>784,35</b>
<b>Итого за день</b>			<b>31,85</b>	<b>6,24</b>	<b>42,86</b>	<b>7,36</b>	<b>241,32</b>	<b>1441,83</b>

№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	10,31	4,56	14,97	1,74	51,09	376,91
ТТК	Блины классические со сгущенным молоком	50/10	5,02	0,71	7,20	2,45	5,44	105,66
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
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>22,79</b>	<b>8,25</b>	<b>25,81</b>	<b>5,26</b>	<b>101,32</b>	<b>716,43</b>

#### Обед

№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)	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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>30,30</b>	<b>0,00</b>	<b>26,85</b>	<b>2,95</b>	<b>100,36</b>	<b>771,53</b>
<b>Итого за день</b>			<b>53,09</b>	<b>8,25</b>	<b>52,66</b>	<b>8,21</b>	<b>201,68</b>	<b>1487,96</b>

№ 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
№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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>20,75</b>	<b>15,59</b>	<b>32,70</b>	<b>9,68</b>	<b>78,04</b>	<b>678,55</b>

#### Обед

ФБУН ЕМФЦ ГОЗЯИП 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	150	5,51	0,03	4,89	0,65	38,65	212,18
№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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>26,94</b>	<b>15,29</b>	<b>24,75</b>	<b>11,13</b>	<b>106,39</b>	<b>732,72</b>
<b>Итого за день</b>			<b>47,69</b>	<b>30,88</b>	<b>57,45</b>	<b>20,81</b>	<b>184,43</b>	<b>1411,26</b>

№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 вязкая с маслом сливочным	200/5	8,39	2,75	7,03	0,00	37,87	241,03
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	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>17,02</b>	<b>5,38</b>	<b>19,36</b>	<b>1,69</b>	<b>106,03</b>	<b>650,35</b>

#### Обед

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гречками	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)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	35,31	187,92

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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>24,04</b>	<b>10,08</b>	<b>24,40</b>	<b>12,11</b>	<b>114,24</b>	<b>820,72</b>
<b>Итого за день</b>			<b>41,06</b>	<b>15,46</b>	<b>43,76</b>	<b>13,80</b>	<b>220,27</b>	<b>1471,07</b>

№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 сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№257 (1996)	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	7,29	2,65	6,98	0,00	46,00	267,02
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88
пром.	Творожок "Наша машина" 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	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>24,53</b>	<b>5,23</b>	<b>15,86</b>	<b>1,28</b>	<b>101,62</b>	<b>633,49</b>

#### Обед

№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	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 'Обед'</b>			<b>16,56</b>	<b>0,00</b>	<b>12,12</b>	<b>11,52</b>	<b>125,89</b>	<b>663,50</b>
<b>Итого за день</b>			<b>41,09</b>	<b>5,23</b>	<b>27,98</b>	<b>12,80</b>	<b>227,51</b>	<b>1296,99</b>

№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 сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	100,39
№257 (1996)	Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	8,93	2,75	10,01	1,62	39,88	257,81
№642 (1996)	Какао с молоком	200	3,94	2,98	3,16	0,59	21,39	123,86
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,10	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	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>20,95</b>	<b>8,31</b>	<b>17,34</b>	<b>3,83</b>	<b>106,29</b>	<b>636,51</b>

#### Обед

ФЕУН ЕМНЦ ПОЗРИП Расотребнадзора 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
ТТК	Палочки рыбные	90	15,14	0,78	6,99	5,49	18,70	193,98
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,20	0,70	5,32	0,16	23,40	153,03
№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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>24,14</b>	<b>1,73</b>	<b>20,02</b>	<b>11,33</b>	<b>105,83</b>	<b>680,23</b>
<b>Итого за день</b>			<b>45,09</b>	<b>10,04</b>	<b>37,36</b>	<b>15,16</b>	<b>212,12</b>	<b>1316,74</b>

№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	60/5	11,14	10,53	7,41	1,53	12,67	162,29
№35 (2003)	Каша "Дружба" со сливочным маслом	200/5	7,13	2,79	7,45	1,03	44,27	270,82
№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	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>23,74</b>	<b>14,88</b>	<b>16,79</b>	<b>3,04</b>	<b>99,86</b>	<b>638,27</b>

#### Обед

№129 (1996)	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	150	4,05	0,01	4,95	1,52	38,68	216,81
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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>24,61</b>	<b>0,48</b>	<b>22,28</b>	<b>10,60</b>	<b>113,40</b>	<b>735,56</b>
<b>Итого за день</b>			<b>48,35</b>	<b>15,36</b>	<b>39,07</b>	<b>13,64</b>	<b>213,26</b>	<b>1373,83</b>

№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 сливочным	150/5	14,60	15,54	22,98	7,99	2,60	275,20
	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
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>20,75</b>	<b>15,59</b>	<b>32,70</b>	<b>9,68</b>	<b>78,04</b>	<b>678,54</b>

#### Обед

№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	90	14,82	13,42	9,72	0,24	7,61	173,99
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,02	4,89	0,65	36,66	212,24
№ 65(2003)	Напиток Здоровье	200	1,4	0,4	1,3	0	27,4	133,00
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 'Обед'</b>			<b>29,52</b>	<b>14,09</b>	<b>25,36</b>	<b>6,38</b>	<b>101,07</b>	<b>725,65</b>
<b>Итого за день</b>			<b>50,27</b>	<b>29,68</b>	<b>58,06</b>	<b>16,06</b>	<b>179,11</b>	<b>1404,19</b>