

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Исполняющий обязанности
директора
АО "Уральский комбинат
питания"
Егоров Ю.О.



Примерное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений

**Стоимость питания 72,08 рублей
(с 12 лет и старше)**

(дети из малообеспеченных семей; дети с нарушением здоровья; дети из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации; из многодетных семей; из семей, участников боевых действий)

с 1 сент 2023 г.

Категории:

- Дети из малообеспеченных семей;
- Дети с нарушениями здоровья, имеющие заболевания, относящиеся к нарушениям состояния здоровья: заболевания, связанные с недостаточностью питания, не связанные с тяжелой патологией и не требующие специальной диеты (белково-энергетическая недостаточность умеренной и легкой степени (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 44)), и задержку развития, обусловленную белково-энергетической недостаточностью (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 45);
- Дети из семей, находящихся в социально опасном положении, находящихся в трудной жизненной ситуации;
- Дети из многодетных семей;
- Дети из семей участников боевых действий.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			18.11	22.48	106.67	726.65
	ЗАВТРАК		18.11	22.48	106.67	726.65
15/17	Сыр (порциями)	10	2.60	2.65	0.35	36.24
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	255	8.51	13.06	36.89	308.25
	Пряник	40	1.92	1.12	31.08	148.68
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1.99	1.70	18.60	102.03
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		550				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			13.70	19.48	78.30	561.83
	ЗАВТРАК		13.70	19.48	78.30	561.83
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
312/17	Пюре картофельное	200	4.34	10.37	29.25	234.48
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		555				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20.39	6.54	96.96	551.21
	ЗАВТРАК		20.39	6.54	96.96	551.21
54-283/23	Свекла отварная дольками	100	1.50	0.06	13.80	64.28
ТТК 269	Жаркое "Пикантное"	200	14.09	5.98	27.56	229.00
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			21.93	17.56	87.30	616.86
	ЗАВТРАК		21.93	17.56	87.30	616.86
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84

291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			17.06	16.05	90.94	598.76
	ЗАВТРАК		17.06	16.05	90.94	598.76
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
309/17	Макаронные изделия отварные	200	7.50	3.78	47.88	267.33
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	22.14	110.59
Итого:		550				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			12.40	10.60	94.42	544.09
	ЗАВТРАК		12.40	10.60	94.42	544.09
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8.20	10.20	50.02	336.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		553				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			22.99	15.03	108.61	688.53
	ЗАВТРАК		22.99	15.03	108.61	688.53
ТТК 243	Биточки "Чикенфиш"	100	13.11	9.00	5.41	158.79
304/17	Рис отварной	180	4.57	3.26	48.00	250.18
	Печенье	20	1.50	2.36	14.98	91.00
ТТК 323	Напиток каркаде с сахаром	200	0.01		15.62	65.65
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			19.62	15.30	83.36	570.97
	ЗАВТРАК		19.62	15.30	83.36	570.97
ТТК 369	Митболы "Ориджинал" с красным соусом	110	9.08	11.20	5.80	163.30
309/17	Макаронные изделия отварные	200	7.50	3.78	47.88	267.33
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		550				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			35.65	14.38	83.43	629.69
	ЗАВТРАК		35.65	14.38	83.43	629.69
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.91
223/17	Запеканка из творога с молоком сгущённым	160	25.22	9.38	36.72	344.61
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			26.38	13.66	87.74	603.10

	ЗАВТРАК		26.38	13.66	87.74	603.10
110/06	Рыба, запеченная в омлете	100	17.83	7.99	4.25	165.00
304/17	Рис отварной	180	4.57	3.26	48.00	250.18
238/06	Соус томатный	20	0.18	2.01	0.89	23.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
	Итого:	550				