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 Е 44)), и задержку развития, обусловленную белково-энергетической недостаточностью (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV Е 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
			Б	ж	У	(ккал)
1	2	3	4	5	6	7
день 1. Эн	ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТ	ь 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. ЭН	ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТ	ь за день	13.70	19.48	78.30	561.83
	ЗАВТРАК		13.70	19.48	78.30	561.83
TTK 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. ЭН	ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТ	ь за день	20.39	6.54	96.96	551.21
	ЗАВТРАК		20.39	6.54	96.96	551.21
		100	1.50	0.06	13.80	64.28
54-283/23	Свекла отварная дольками	100	1.50			01.20
54-283/23 TTK 269	Свекла отварная дольками Жаркое "Пикантное"	200	14.09	5.98	27.56	229.00
	Свекла отварная дольками Жаркое "Пикантное" Компот из плодов или ягод сушенных (изюм)					
TTK 269	Жаркое "Пикантное" Компот из плодов или ягод сушенных (изюм)	200 200	14.09	5.98	27.56	229.00 135.00
TTK 269	Жаркое "Пикантное" Компот из плодов или ягод сушенных (изюм) Хлеб пшеничный	200 200 50	14.09	5.98 0.10	27.56 31.00	229.00
TTK 269 394/16	Жаркое "Пикантное" Компот из плодов или ягод сушенных (изюм)	200 200 50 550	14.09	5.98 0.10	27.56 31.00	229.00 135.00
TTK 269 394/16	Жаркое "Пикантное" Компот из плодов или ягод сушенных (изюм) Хлеб пшеничный Итого:	200 200 50 550	14.09 1.00 3.80	5.98 0.10 0.40	27.56 31.00 24.60	229.00 135.00 122.93

	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
291/17 411/16	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				
(ЕНЬ 5. ЭН	ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ		17.06	16.05	90.94	598.76
	ЗАВТРАК		17.06	16.05	90.94	598.76
TTK 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				
ІЕНЬ 6. ЭН	ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ	ь 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	203	8.20	10.20	50.02	336.32
	маслом сливочным					
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				
ЕНЬ 7. ЭН	ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ	ь ЗА ДЕНЬ	22.99	15.03	108.61	688.53
	ЗАВТРАК		22.99	15.03	108.61	688.53
TTK 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
30 4 /1/						
304/17	Печенье	20	1.50	2.36	14.98	91.00
TTK 323	Печенье			2.36	14.98 15.62	
	1	20	1.50	2.36 0.40		91.00
	Печенье Напиток каркаде с сахаром	20 200	1.50 0.01		15.62	91.00 65.65
TTK 323	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный	20 200 50 550	1.50 0.01		15.62	91.00 65.65
TTK 323	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого:	20 200 50 550	1.50 0.01 3.80	0.40	15.62 24.60	91.00 65.65 122.93
ТТК 323 ЦЕНЬ 8. ЭН ТТК 369	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ	20 200 50 550 Ь ЗА ДЕНЬ	1.50 0.01 3.80 19.62	0.40	15.62 24.60 83.36	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30
ТТК 323 ЦЕНЬ 8. ЭН ТТК 369 309/17	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные	20 200 50 550 5 3A ДЕНЬ 110 200	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50	15.30 15.30 11.20 3.78	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30 267.33
ТТК 323 ЦЕНЬ 8. ЭН ТТК 369	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром	20 200 50 550 5 3A ДЕНЬ 110 200 200	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30 267.33 42.00
ТТК 323 ЦЕНЬ 8. ЭН ТТК 369 309/17	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	20 200 50 550 Ь ЗА ДЕНЬ 110 200 200 40	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50	15.30 15.30 11.20 3.78	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30 267.33
ТТК 323 ЦЕНЬ 8. ЭН ТТК 369 309/17	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром	20 200 50 550 5 3A ДЕНЬ 110 200 200	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30 267.33 42.00
TTK 323 IEHЬ 8. ЭН TTK 369 309/17 411/16	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	20 200 50 550 5 3A ДЕНЬ 110 200 200 40 550	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30 267.33 42.00
TTK 323 IEHЬ 8. ЭН TTK 369 309/17 411/16	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК	20 200 50 550 5 3A ДЕНЬ 110 200 200 40 550	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00 3.04	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00 0.32	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00 19.68	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30 267.33 42.00 98.34
TTK 323 IEHЬ 8. ЭН TTK 369 309/17 411/16	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ	20 200 50 550 5 3A ДЕНЬ 110 200 200 40 550	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00 3.04	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00 0.32	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00 19.68	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30 267.33 42.00 98.34
TTK 323 IEHЬ 8. ЭН TTK 369 309/17 411/16	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК	20 200 50 550 550 6 3A ДЕНЬ 110 200 200 40 550 6 3A ДЕНЬ	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00 3.04 35.65	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00 0.32 14.38	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00 19.68	91.00 65.65 122.93 570.97 570.97 163.30 267.33 42.00 98.34 629.69
ТТК 323 ЦЕНЬ 8. ЭН ТТК 369 309/17 411/16	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Яйцо вареное	20 200 50 550 550 6 ЗА ДЕНЬ 110 200 200 40 550 6 ЗА ДЕНЬ	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00 3.04 35.65 5.08	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00 0.32 14.38 4.60	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00 19.68 83.43 0.28	91.00 65.65 122.93 570.97 163.30 267.33 42.00 98.34 629.69 63.91
ТТК 323 ТТК 369 309/17 411/16 ЦЕНЬ 9. ЭН	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТ ЗАВТРАК Яйцо вареное Запеканка из творога с молоком сгущённым	20 200 50 550 550 6 ЗА ДЕНЬ 110 200 200 40 550 6 ЗА ДЕНЬ	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00 3.04 35.65 5.08 25.22	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00 0.32 14.38 4.60 9.38	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00 19.68 83.43 0.28	91.00 65.65 122.93 570.97 163.30 267.33 42.00 98.34 629.69 63.91 344.61 42.84 55.40
TTK 323 [EHЬ 8. ЭН TTK 369 309/17 411/16 [EНЬ 9. ЭН	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТ ЗАВТРАК Яйцо вареное Запеканка из творога с молоком сгущённым Яблоко Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	20 200 50 550 550 6 ЗА ДЕНЬ 110 200 200 40 550 6 ЗА ДЕНЬ 40 160 100 200 50	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00 3.04 35.65 5.08 25.22 0.40	0.40 15.30 15.30 11.20 3.78 0.00 0.32 14.38 4.60 9.38	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00 19.68 83.43 0.28 36.72 9.80	91.00 65.65 122.93 570.97 163.30 267.33 42.00 98.34 629.69 63.91 344.61 42.84
TTK 323 IEHЬ 8. ЭН TTK 369 309/17 411/16 IEНЬ 9. ЭН 223/17 394/16	Печенье Напиток каркаде с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Митболы "Ориджинал" с красным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого: ЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТІ ЗАВТРАК Яйцо вареное Запеканка из творога с молоком сгущённым Яблоко Компот из смеси сухофруктов	20 200 50 550 550 6 ЗА ДЕНЬ 110 200 200 40 550 6 ЗА ДЕНЬ 40 160 100 200 50 50	1.50 0.01 3.80 19.62 19.62 9.08 7.50 0.00 3.04 35.65 5.08 25.22 0.40 1.15	15.30 15.30 11.20 3.78 0.00 0.32 14.38 4.60 9.38	15.62 24.60 83.36 83.36 5.80 47.88 10.00 19.68 83.43 0.28 36.72 9.80 12.03	91.00 65.65 122.93 570.97 163.30 267.33 42.00 98.34 629.69 63.91 344.61 42.84 55.40

	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				