

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №119  
 Л.В.Голубова  
 " 2025 г.

Утверждаю  
 Директор ООО "Каскад"  
 Н.А.Елькина  
 " 2025 г.

**Основное десятидневное меню обедов для учащихся 1-4 классов, посещающих  
 ГПД**

(за счет средств родителей в размере 124 рублей 50 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.		
<b>Обед 1 день</b>								
№131 (1996)	Суп картофельный с рыбой (филе минтая)	250/20	3,30	0,00	3,16	2,92	18,87	114,57
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	50/50	7,84	0,00	7,49	3,64	10,11	136,80
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	24,31	177,92
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	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
<b>Итого за 'Обед 1'</b>			<b>22,62</b>	<b>0,03</b>	<b>19,14</b>	<b>8,30</b>	<b>121,01</b>	<b>726,97</b>
<b>Обед 2 день</b>								
ФЕУН ЕМНЦ ПОЗРИП 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
№460 (1996)	Котлета рубленая из птицы с отрубями	90	16,60	0,00	6,06	4,02	14,08	176,09
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток вишневый	200	0,39	0,39	2,17	0,00	21,74	101,41
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 2 день'</b>			<b>27,99</b>	<b>0,67</b>	<b>20,69</b>	<b>10,21</b>	<b>110,13</b>	<b>723,64</b>
<b>Обед 3 день</b>								
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	5,74	0,00	7,05	2,45	19,61	130,98
№469 (2004)	Фрикадельки в соусе из говядины	60/50	9,97	0,01	9,38	0,97	11,97	153,93
ТТК	Булгур с овощами	150	4,32	0,01	4,59	0,06	33,49	190,32
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	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
<b>Итого за 'Обед 3 день'</b>			<b>25,31</b>	<b>0,02</b>	<b>21,64</b>	<b>4,10</b>	<b>121,73</b>	<b>715,71</b>
<b>Обед 4 день</b>								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
№562 (2014)	Ежики с рисом (говядина, кура)	90	12,44	0,00	10,68	3,53	12,94	196,44
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	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
<b>Итого за 'Обед 4 день'</b>			<b>25,23</b>	<b>0,95</b>	<b>25,76</b>	<b>9,82</b>	<b>101,96</b>	<b>703,23</b>

## Обед 5 день

№129/3( 1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	3,80	4,59	17,47	129,99
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами	150	3,80	0,02	5,20	2,74	20,80	200,73
ТТК	Напиток вишневый	200	0,10	0,00	0,61	0,00	17,29	88,24
прорм.	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 5 день '</b>			<b>19,13</b>	<b>0,27</b>	<b>20,68</b>	<b>13,94</b>	<b>90,58</b>	<b>704,94</b>

## Обед 6 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	5,01	0,25	9,05	5,09	11,08	120,46
ТТК	Грудка цыпленка тушенная с овощами и соусом "ароматная"	70/50	15,80	0,22	11,29	5,58	6,37	208,61
ТТК	Макаронные изделия отварные	150	3,51	0,03	4,89	0,65	36,66	212,22
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	1,53	0,00	25,11	106,32
прорм.	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 6 день '</b>			<b>28,06</b>	<b>0,50</b>	<b>27,24</b>	<b>11,80</b>	<b>102,62</b>	<b>757,60</b>

## Обед 7 день

№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
№469 (2004)	Фрикадельки в соусе из говядины	60/50	9,97	0,01	9,38	0,97	11,97	153,93
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	5,42	1,18	24,31	157,92
ТТК	Напиток из брусники	200	0,70	0,00	2,51	0,00	29,25	133,66
прорм.	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 7 день '</b>			<b>22,98</b>	<b>1,13</b>	<b>23,29</b>	<b>3,02</b>	<b>113,33</b>	<b>717,65</b>

## Обед 8 день

ФБУН ВМНЦ ГОЗРПШ 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
ТТК	Индейка тушенная	90	13,04	0,19	9,83	3,60	5,73	162,12
ТТК	Рис по турецки с вермишелью	150	3,05	0,01	3,95	1,52	38,68	206,81
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
прорм.	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 8 день '</b>			<b>22,60</b>	<b>0,45</b>	<b>21,41</b>	<b>10,72</b>	<b>110,26</b>	<b>709,34</b>

## Обед 9 день

№129/3( 1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	3,80	4,59	17,47	129,99
ТТК	Плов с грудкой цыпленка, булгуром	50/200	22,89	0,00	15,67	12,78	55,54	442,26
ТТК	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	2,61	0,00	18,29	88,24
прорм.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85
<b>Итого за 'Обед 9 день '</b>			<b>29,44</b>	<b>0,25</b>	<b>22,67</b>	<b>17,96</b>	<b>118,79</b>	<b>789,43</b>



## Обед 10 день

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гречками	250/10	4,98	0,00	4,80	4,60	29,18	184,20
№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями (говядина, кура)	90	14,75	0,13	6,86	2,44	10,21	160,34
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	20,11	96,32
прорм.	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 10 день '</b>			<b>28,98</b>	<b>0,16</b>	<b>17,03</b>	<b>8,17</b>	<b>119,55</b>	<b>763,04</b>