

Согласовано
Директор БМАОУ СОЦ №55
М.О. Калинин

2025 г.



Утверждаю
Директор ООО "Каскад"
Н.А. Елькина

2025 г.



Основное десятидневное меню обедов для 1-4 классов с пищевой аллергией на молоко

(за счет средств федерального и областного бюджета в виде субсидий на сумму 126 рублей 00 копеек)

1 неделя

№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								
№139 (2004)	Суп картофельный с горохом	250	5,79	0,00	4,66	4,46	21,82	148,13
№469 (2004)	Фрикадельки в соусе из говядины	60/50	9,97	0,01	7,38	0,97	11,97	153,93
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
№ 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	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			25,81	0,04	17,47	6,62	122,03	730,69

№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								
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне с курой	250	6,70	0,25	3,10	2,00	19,60	131,00
№394(1996)	Жаркое по-домашнему со свиной	50/150	11,4	0	28,1	4,57	20,7	388,00
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,93	0	0,36	0,36	12,25	56,85
Итого за 'Обед '			22,26	0,25	31,80	7,17	86,75	718,70

№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								
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№303 (1996)	Рыба припущенная	90	20,35	20,26	6,44	0,01	0,81	142,04
№466(1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	1,56	0	19,79	88,69
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0	0,32	0,32	20,3	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,93	0	0,36	0,36	12,25	56,85
Итого за 'Обед '			31,16	20,54	20,59	6,26	107,04	724,63

№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								
№129 (1996)	Рассольник ленинградский	250	2,24	0,00	4,49	4,49	16,57	121,35
ТТК	Курица отварная	100	19,84	19,76	7,33	0,01	0,62	147,38
№464(1996)	Каша гречневая вязкая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0	0	0	25,11	96,32
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			34,4	19,79	18,78	7,22	111,96	740,99

№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								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	0,00	5,09	5,09	10,75	92,33
№424(1996)	Биточки паровые из говядины с отрубями	90	14,16	0,02	8,98	0,24	8,16	187,07
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	222,18
№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	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			25,27	0,05	19,58	6,60	105,03	710,84

2 неделя

№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								
№110(1996)	Борщ с морской капустой, картофелем	250	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№403(1996)	Плов (со свининой)	250	16,88	0	21,98	8,92	54,69	483,49
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	1,56	0	19,79	88,69
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			22,67	0,25	31,11	14,46	112,14	806,13

№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								
№139 (2004)	Суп картофельный с горохом	250	5,79	0	4,66	4,46	21,82	148,13
№469(2004)	Фрикадельки в соусе из говядины	60/50	9,97	0,01	7,38	0,97	11,97	163,93
№463(1996)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	0,03	6,48	2,24	46,26	265,95
ТТК	Напиток вишневый	200	0,37	0,40	1,95	0,00	23,82	107,42
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	30	1,93	0	0,36	0,36	12,25	56,85
Итого за 'Обед '			28,87	0,44	21,07	8,27	131,35	814,37

№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								
№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	0,00	5,09	5,09	10,75	92,33
№303 (1996)	Рыба припущенная	90	20,35	20,26	6,44	0,01	0,81	142,04
№472 (1996)	Пюре картофельное без молока с подсолнечным маслом	150	2,51	0,00	4,91	4,91	22,25	142,01
№ 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	0,32	0,32	20,3	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,93	0	0,36	0,36	12,25	56,85
Итого за 'Обед '			30,55	20,26	17,18	10,75	94,55	635,80

№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								
ТТК	Морковь припущенная с изюмом	60	0,80	0,00	1,23	1,23	10,01	50,11
№128 (1996)	Рассольник домашний	250	2,20	0,00	4,50	4,50	16,70	113,00
№702(1982)	Рагу из птицы	260	20,51	0,03	10,48	3,53	29,01	288,69
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	1,56	0	19,79	88,69
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,97	0	0,32	0,32	20,3	96,12
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0	0,35	0,35	12,26	56,85
Итого за 'Обед '			28,72	0,03	18,44	9,93	108,07	693,46

№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								
№167 (1996)	Суп из овощей	250	1,96	0,00	4,37	4,37	11,00	95,97
№476(1997)	Котлеты домашние с отрубями	100	13,6	0,01	16	0,81	11,3	242,00
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед '			24,59	0,04	25,74	6,31	101,32	730,90

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 585249322191308794809203999415189642533074891263

Владелец Калинин Максим Олегович

Действителен с 02.07.2024 по 02.07.2025