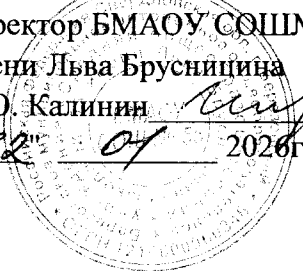


УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Каскад"

Н.А.Елькина
" 12 " 01 2026год



СОГЛАСОВАНО
Директор БМАОУ СОШ №55,
имени Льва Бруснигина
М.О. Калинин
" 12 " 01 2026год



Основное десятидневное меню завтраков для детей 7-11 лет

(за счет средств федерального и областного бюджета в виде субсидий на сумму 104 рубля 00 копеек)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,м кг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак 1 день																	
№1 (2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29	6,57	8,09	22,69	0,51	57,8	65,3	0,53	0,04	0
№461(1994)	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями	70	12,18	0,01	2,88	0,16	9,03	97,67	5,87	7,87	17,19	0,27	8,09	9,14	0,2	0,01	0
№464(1996)	Каша гречневая вязкая	150	4,52	0,03	7,42	1,18	24,31	157,92	13,16	71,61	108,3	2,44	30,4	35	0,34	0,15	0
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак'		505	22,36	0,09	19,65	2,61	84,70	562,22	38,78	100,90	198,25	4,34	96,27	109,65	1,68	0,27	0,00
Завтрак 2 день																	
№297(1994)	Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/5	9,30	8,78	8,29	0,06	11,00	138,08	93,37	13,8	119,7	0,33	40	44,7	0,22	0,03	0,28
№35(2003)	Каша "Дружба" со сливочным маслом	200/10	12,30	2,85	11,63	1,05	45,35	277,42	130,1	45,86	181,4	1,06	49,1	56,1	0,22	0,16	1,27
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88	3,19	0,82	1,51	0,09	0	0,14	0,01	0	2,74
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,29	13,82	46,45	1,15	0	0,3	0,42	0,05	0
Итого за 'Завтрак 2 день'		532	26,03	11,63	20,57	1,76	99,00	604,33	242,86	78,42	368,20	2,95	89,08	101,24	1,20	0,27	4,29

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,м кг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак 3 день																	
ТТК	Индейка тушеная	50/50	14,26	0,00	14,97	6,93	6,84	195,75	20,27	17,86	33,8	0,46	0	800	3,28	0,03	3,92
№63 (2003)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	226,96	8,7	26,32	79,42	0,63	30,6	36,5	0,27	0,04	0,29
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак 3 день'		500	21,62	0,03	20,32	7,97	84,69	590,05	42,15	57,51	163,30	2,21	30,64	836,71	4,16	0,14	4,21
Завтрак 4 день																	
№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	120,39	103,4	13,48	79,63	0,56	20,6	23,8	0,47	0,04	0,07
№562 (2014)	Ежики с рисом из свинины	90	10,84	0,00	19,07	8,57	12,95	265,52	10,71	7,97	29,4	0,33	0	0	3,93	0,03	1,83
№472 (1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04	41,06	32,16	94,78	1,16	35	43,3	0,18	0,16	25,44
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак 4 день'		525	22,23	3,28	28,27	10,34	87,63	706,30	168,34	66,94	253,89	3,17	55,58	67,34	5,19	0,30	27,34
Завтрак 5 день																	
№257 (1996)	Каша пшенная вязкая с маслом сливочным	200/10	14,07	2,83	15,82	1,65	21,56	279,82	117	47,95	178,7	1,3	46,9	87,9	0,25	0,18	0,5
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76	0	0	0	0	118	0	0	0,29	19,6
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45	14,08	7,83	9,57	1,91	0	5	0,2	0,02	4
	Выпечка в ассортименте	50	2,26	0,59	3,20	0,59	30,81	158,84	9,94	5,66	30,77	0,62	14,9	26,9	0,55	0,04	0,04
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06	3,92	2,74	12,74	0,22	0	0	0,22	0,02	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак 5 день'		600	19,49	3,42	19,77	3,04	100,22	639,84	151,76	73,39	262,75	4,81	179,43	120,01	1,50	0,59	24,14

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,м кг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг

Завтрак 6 день

№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	120,39	103,4	13,48	79,63	0,56	20,6	23,8	0,47	0,04	0,07
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	200/5	8,39	2,75	10,03	0,00	37,87	241,03	116,4	13,34	86,19	0,13	47,7	53,8	0,05	0,04	1,22
ТТК	Чай ягодный (с брусникой)	200	1,00	0,00	1,23	0,02	27,21	110,87	185,9	31,75	23,52	5,23	0	41,4	0,2	0,04	5,88
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06	3,92	2,74	12,74	0,22	0	0	0,22	0,02	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
пром.	Творог для детей "Наша Маша"	100	9,00	0,00	5,00	0,00	4,00	96,20	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак 6 день'		580	25,63	5,33	20,00	1,16	100,46	654,45	416,53	70,52	233,05	6,90	68,31	119,17	1,22	0,18	7,17

Завтрак 7 день

ТТК	Помидор пикантный	40	0,38	0,00	3,62	2,70	1,85	41,26	4,98	7,13	9,32	0,24	0	48,4	1,45	0,03	8,9
ТТК	Макаронные изделия с рубленой курицей и сыром	200	17,31	3,11	17,11	3,79	39,89	370,86	132	16,32	122,1	0,98	47,8	54,7	2,26	0,09	1,65
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88	3,19	0,82	1,51	0,09	0	0,14	0,01	0	2,74
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,29	13,82	46,45	1,15	0	0,3	0,42	0,05	0
Итого за 'Завтрак 7 день'		507	22,12	3,11	21,38	7,14	84,39	600,96	156,36	42,21	198,46	2,78	47,82	103,52	4,47	0,20	13,29

Завтрак 8 день

№1 (2004)	Бутерброд с маслом сливочным (батон)	10/25	1,94	0,05	8,82	0,74	13,14	139,29	6,57	8,09	22,69	0,51	57,8	65,3	0,53	0,04	0
№43(2003)	Суфле "Рыбка"	60	11,13	0,95	7,08	1,06	9,44	127,80	21,8	9,11	32,59	0,31	151	61,1	0,57	0,02	22,47
№472 (1996)	Пюре картофельное	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04	41,06	32,16	94,78	1,16	35	43,3	0,18	0,16	25,44
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,29	13,82	46,45	1,15	0	0,3	0,42	0,05	0
Итого за 'Завтрак 8 день '		505	20,65	1,70	21,87	2,94	88,29	606,43	86,04	67,30	215,62	3,49	243,58	170,08	2,03	0,30	47,91

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мкг	РЭ,м кг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг

Завтрак 9 день

№297(1994)	Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/5	9,30	8,78	8,29	0,06	11,00	138,08	93,37	13,8	119,7	0,33	40	44,7	0,22	0,03	0,28
№257 (1996)	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	200/5	6,87	2,82	11,89	0,44	39,95	284,74	123,5	35,47	153,7	0,58	48,2	54,3	0,23	0,07	1,25
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88	3,19	0,82	1,51	0,09	0	0,14	0,01	0	2,74
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак 9 день'		517	19,95	11,60	20,72	1,04	89,51	592,70	232,75	63,42	325,00	2,08	88,15	99,32	1,07	0,17	4,27

Завтрак 10 день

№3 (2004)	Бутерброд с сыром (батон)	10/25	4,46	2,58	3,34	0,74	13,06	120,39	103,4	13,48	79,63	0,56	20,6	23,8	0,47	0,04	0,07
№284 (1996)	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	14,23	15,23	18,01	2,25	2,80	261,71	115,4	19,29	250,8	2,84	313	334	1,74	0,09	0,54
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,45	0,00	0,42	0,48	29,70	53,34	16,9	9,4	11,48	2,29	0	6	0,24	0,02	4,8
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак 10 день'		560	22,86	17,81	22,30	4,00	83,78	602,79	248,83	55,50	391,99	6,81	333,39	364,43	3,06	0,22	5,41

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816886

Владелец Калинин Максим Олегович

Действителен с 02.07.2025 по 02.07.2026