

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Каскад"

Н.А.Елькина
" 12 " 01 2026 год



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

Основное десятидневное меню обедов для детей 7-11 лет (2 смена)

(за счет средств федерального и областного бюджета в виде субсидий на сумму 136 рублей 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	PЭ,мкг	ТЭ,м г	B1,мг	C,мг
Обед 1 день																	
№139 (2004)	Суп картофельный с горохом	250	4,98	0,00	4,80	4,80	23,86	185,87	28,88	34,38	85,53	1,98	0	231,9	2,07	0,25	11,49
№422(1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	13,59	6,13	11,62	175,99	15,64	15,37	40,56	0,62	5,78	92,53	3,03	0,04	3,14
№274 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18	10,09	7,98	44,37	0,81	30,36	34,28	0,82	0,08	0
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	23,19	106,45	31,8	20,58	28,62	0,67	0	116,6	1,1	0,02	0,78
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 'Обед'		760	24,36	0,29	23,82	13,14	107,70	791,58	113,04	91,76	230,78	5,09	223,97	1120,07	6,82	0,24	25,61
Обед 2 день																	
№15 (2001)	Свекла отварная с льняным маслом	60	0,86	0,00	4,17	3,14	6,49	63,22	21,24	12,63	24,75	0,8	0	1,17	1,44	0,01	5,74
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	6,19	0,00	4,41	2,45	19,61	141,02	17,03	20,4	54,48	0,86	0	201,8	1,19	0,1	13,23
№394(1996)	Жаркое по-домашнему со свиной	50/200	15,04	0,00	17,50	4,57	30,30	336,34	26,73	40,54	103,88	1,67	0	16,8	1,99	0,2	34,69
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76	0	0	0	0	117,6	0	0	0,29	19,6
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 'Обед 2 день'		820	26,26	0,00	26,67	10,75	102,86	740,28	81,17	91,51	248,67	4,80	117,60	220,07	5,37	0,68	73,26

№ 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,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг

Обед 3 день

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ПОИЩЕВОЕ РОССЕТРИБНАДЗОРА ПО САРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ 2018ГОД	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96	41,9	23,05	52,57	1,08	14,7	226,85	2,41	0,05	17,28
ТТК	Индейка тушеная	50/50	14,26	0,00	11,97	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	30,64	36,51	0,27	0,04	0,29
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69	2,46	5,92	6,79	0,14	73,44	6,2	0	0,02	0,63
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 'Обед 3 день'		760	23,69	3,84	25,92	2,01	103,92	745,36	255,72	70	286,03	3,74	193,28	290,06	2,66	0,29	243,69

Обед 4 день

№129 (1996)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	3,80	4,59	19,47	129,99	27,55	23,48	68,62	0,9	9	219,03	2,08	0,08	6,71
№493 (1994)	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	60/50	12,84	0,32	13,07	3,99	7,35	225,44	75,93	12,59	36,89	0,37	29,94	33,06	1,92	0,05	21,9
№464(1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	6,42	1,18	30,31	157,92	13,16	71,61	108,29	2,44	30,36	35,01	0,34	0,15	0
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	16,31	62,87	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 'Обед 4 день'		770	24,13	0,60	23,88	10,35	100,93	705,17	133,25	125,62	279,36	5,22	69,30	287,40	5,09	0,36	28,61

Обед 5 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	1,95	0,28	8,57	0,08	9,94	95,18	39,88	13,1	31,57	0,48	26,7	280,18	0,21	0,02	9,68
№63(2003)	Фрикадельки из курицы с отрубями	90	11,50	0,61	9,28	0,18	7,45	170,77	28,11	12,5	39,58	0,33	30,08	33,94	0,27	0,02	0,26
№274 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18	10,09	7,98	44,37	0,81	30,36	34,28	0,82	0,08	0
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27	6,08	1,57	1,57	0,31	0	86,8	0,34	0,01	127,4
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 'Обед 5 день'		760	23,44	0,92	23,47	1,64	107,60	706,35	100,33	53,09	182,65	3,40	87,14	435,50	2,39	0,21	137,34

№ 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,мкг	ТЭ,м г	В1,мг	С,мг

Обед 6 день

<small>ФБН/ВМЦ/ЮАР/П Роспотребнадзора по Свердловской области 2018 год</small>	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96	41,9	23,05	52,57	1,08	14,7	226,85	2,41	0,05	17,28
№403 (1996)	Плов	250	17,48	0,00	16,12	8,53	54,69	446,29	13,51	43,22	117,88	0,98	0	318	3,93	0,08	4,36
№588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69	2,46	5,92	6,79	0,14	73,44	6,2	0	0,02	0,63
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 'обед 6 день'		760	23,27	0,25	25,25	14,07	112,14	768,94	70,61	85,52	227,32	3,28	88,14	551,25	6,95	0,22	22,27

Обед 7 день

№139 (2004)	Суп картофельный с горохом	250	4,98	0,00	4,80	4,80	23,86	185,87	28,88	34,38	85,53	1,98	0	231,9	2,07	0,25	11,49
ТТК	Фрикадельки мясные с отрубями, чесночно-сливочным соусом	60/50	11,57	1,42	12,43	0,46	6,79	175,29	66,56	12,01	56,89	0,31	30,72	34,61	0,35	0,03	0,73
№464(1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	4,52	0,03	6,42	1,18	30,31	157,92	13,16	71,61	108,29	2,44	30,36	35,01	0,34	0,15	0
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	39,25	163,66	386,83	66,15	49	10,9	0	86,25	0,42	0,08	12,25
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 'Обед 7 день'		760	27,29	1,45	26,64	6,92	123,61	792,73	508,17	197,48	349,79	16,66	61,08	387,97	3,79	0,58	24,47

Обед 8 день

№120 (1996)	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	1,95	0,28	8,57	0,08	9,94	95,18	39,88	13,1	31,57	0,48	26,7	280,18	0,21	0,02	9,68
№43(2003)	Суфле "Рыбка"	90	12,69	1,42	10,62	1,58	16,17	191,70	32,7	13,67	48,89	0,47	226,1	91,71	0,86	0,04	33,7
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	150	3,21	0,70	5,33	0,50	23,40	153,04	41,06	32,16	94,78	1,16	35	43,34	0,18	0,16	25,44
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,19	126,45	31,8	20,58	28,62	0,67	0	116,6	1,1	0,02	0,78
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,48	0,43	0	0	0,44	0,04	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 'Обед 8 день'		770	23,79	2,40	25,24	2,88	100,27	719,35	163,57	98,82	275,79	4,36	287,84	532,13	3,21	0,33	69,60

№ 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,м г	В1,мг	С,мг
Обед 9 день																	
№1 2/3(1996)	Рассольник домашний со сметаной	250/10	2,35	0,25	5,77	4,56	15,82	122,43	30,76	24,84	61,5	0,92	9	219,6	2,06	0,08	10,51
№401(1996)	Гуляш из свинины	60/50	14,60	0,00	14,20	2,50	3,93	257,30	8,05	4,36	11,91	0,25	0	14,4	1,21	0,02	3,1
Уральский региональный центр питания ФГБОУ ВО	Булгур с овощами	150	3,30	0,01	2,58	0,07	33,48	169,63	14,37	9,08	21,52	0,3	14,45	343,32	0,57	0,02	2,78
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27	6,08	1,57	1,57	0,31	0	86,8	0,34	0,01	127,4
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 'Обед 9 день '		770	24,08	0,26	23,17	7,75	102,70	758,62	72,00	53,18	146,58	2,86	23,45	664,32	4,79	0,20	143,79
Обед 10 день																	
№1 32(1996)	Суп из овощей со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09	30,33	23,08	60,5	0,78	14,7	223,13	2,03	0,1	21,96
№476 (1997)	Котлеты домашние с отрубями	90	13,36	0,13	11,03	2,44	10,21	198,36	7,94	9,23	24,54	0,37	2,65	2,81	1,26	0,02	0,22
№274 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18	10,09	7,98	44,37	0,81	30,36	34,28	0,82	0,08	0
ТТК	Напиток "Здоровье" (с брусничкой)	200	1,41	0,00	1,32	0,05	22,86	132,74	197,29	34,45	26,05	5,78	0	44,1	0,24	0,05	7,41
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 'Обед 10 день '		760	26,66	1,79	24,16	9,78	110,55	745,08	105,42	124,83	277,8	5,12	77,24	905,29	5,21	0,35	27,59

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816886

Владелец Калинин Максим Олегович

Действителен с 02.07.2025 по 02.07.2026