

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Аркада"

А.Р.Хазиев

" " 2026 год



СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ № 147

А.А. Моисеев

" 12 " января 2026 год



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

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным одноразовым питанием (обед), обучающихся во вторую смену, в размере 224 рубля 27 копеек)

| № ТК                   | Наименование блюда                          | Выход,<br>г | Белки, г |                | Жиры, г |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал | Минеральные элементы<br>(мг) |      |       |      | Витамины |            |       |       |       |
|------------------------|---------------------------------------------|-------------|----------|----------------|---------|-----------------|------------------|-------------|------------------------------|------|-------|------|----------|------------|-------|-------|-------|
|                        |                                             |             | всего    | в т.ч.<br>жив. | всего   | в т.ч.<br>раст. |                  |             | Ca                           | Mg   | P     | Fe   | A,мкг    | РЭ,мк<br>г | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг  |
| Обед 1 день            |                                             |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| ТТК                    | Огурчик пикантный                           | 60          | 0,45     | 0,00           | 4,95    | 3,73            | 1,99             | 53,10       | 13,07                        | 7,96 | 23,95 | 0,34 | 0        | 5,8        | 1,71  | 0,02  | 5,68  |
| №120 (1996)            | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной | 250/10      | 1,95     | 0,28           | 5,57    | 0,08            | 9,94             | 95,18       | 39,88                        | 13,1 | 31,57 | 0,48 | 26,7     | 280,2      | 0,21  | 0,02  | 9,68  |
| ТТК                    | Индейка тушеная                             | 60/50       | 15,95    | 0,00           | 11,78   | 6,93            | 5,84             | 193,80      | 20,27                        | 17,9 | 33,8  | 0,46 | 0        | 800        | 3,28  | 0,03  | 3,92  |
| №466/3 (1996)          | Рис припущенный с куркумой                  | 150         | 3,64     | 0,03           | 4,82    | 0,51            | 39,63            | 216,96      | 8,7                          | 26,3 | 79,42 | 0,63 | 30,6     | 36,51      | 0,27  | 0,04  | 0,29  |
| ТТК                    | Напиток вишневый                            | 200         | 0,47     | 0,00           | 0,61    | 0,00            | 17,29            | 88,24       | 3,68                         | 10   | 11,47 | 0,2  | 180      | 9,3        | 0     | 0,03  | 2,32  |
| 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     |
|                        | 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     |
| Итого за 'Обед'        |                                             | 930,00      | 26,36    | 0,29           | 28,56   | 13,14           | 107,70           | 791,58      | 113                          | 91,8 | 230,8 | 5,09 | 224      | 1120       | 6,82  | 0,24  | 25,61 |
| Обед 2 день            |                                             |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| ТТК                    | Помидор пикантный                           | 60          | 0,59     | 0,00           | 4,45    | 4,06            | 2,78             | 61,91       | 7,48                         | 10,7 | 13,98 | 0,48 | 0        | 72,55      | 2,16  | 0,03  | 13,36 |
| №128 (1996)            | Рассольник домашний со сметаной             | 250/10      | 2,35     | 0,25           | 5,77    | 4,56            | 15,82            | 122,43      | 30,76                        | 24,8 | 61,5  | 0,92 | 9        | 219,6      | 2,06  | 0,08  | 10,51 |
| №562 (2014)            | Ежики с рисом                               | 90          | 13,17    | 0,00           | 9,00    | 3,28            | 12,95            | 184,24      | 7,46                         | 7,78 | 28,64 | 0,3  | 0        | 0          | 1,55  | 0,03  | 1,83  |
| №472/3 (199)           | Пюре картофельное (гарнир)                  | 150         | 3,21     | 0,70           | 5,33    | 0,50            | 23,40            | 153,04      | 41,06                        | 32,2 | 94,78 | 1,16 | 35       | 43,34      | 0,18  | 0,16  | 25,44 |
| ТТК                    | Напиток из брусники                         | 200         | 2,70     | 0,00           | 2,51    | 0,00            | 39,25            | 163,66      | 386,8                        | 66,2 | 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                                 | 30          | 1,94     | 0,00           | 0,35    | 0,35            | 12,26            | 56,85       | 10,29                        | 13,8 | 46,45 | 1,15 | 0        | 0,3        | 0,42  | 0,05  | 0     |
| Итого за 'Обед 2 день' |                                             | 820,00      | 26,19    | 0,95           | 27,65   | 12,99           | 121,68           | 814,23      | 489,8                        | 160  | 313,5 | 15,2 | 44       | 422        | 7,12  | 0,47  | 63,4  |

| № ТК                   | Наименование блюда                                             | Выход,<br>г | Белки, г |                | Жиры, г |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал | Минеральные элементы<br>(мг) |      |       |      | Витамины |            |       |       |       |
|------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------|----------|----------------|---------|-----------------|------------------|-------------|------------------------------|------|-------|------|----------|------------|-------|-------|-------|
|                        |                                                                |             | всего    | в т.ч.<br>жив. | всего   | в т.ч.<br>раст. |                  |             | Ca                           | Mg   | P     | Fe   | A,мкг    | РЭ,мк<br>г | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг  |
| Обед 3 день            |                                                                |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| №181 (2004)            | Уха с перловой крупой                                          | 250/25      | 6,89     | 0,00           | 0,63    | 0,32            | 19,71            | 107,90      | 26,73                        | 20,5 | 67,75 | 0,81 | 87,1     | 5,88       | 0,18  | 0,09  | 30,72 |
| №63 (2003)             | Фрикадельки из курицы с маслом<br>сливочным , отрубями         | 85/5        | 10,67    | 0,60           | 9,67    | 0,17            | 9,28             | 177,43      | 74,66                        | 20   | 56,58 | 0,52 | 57,3     | 64,7       | 0,31  | 0,05  | 16,89 |
| №274 (1996)            | Макаронные изделия "Ассорти"<br>отварные с сыром (гарнир)      | 150         | 5,35     | 3,24           | 10,10   | 0,60            | 34,13            | 234,03      | 131,8                        | 14,2 | 114,7 | 0,84 | 48,9     | 55,87      | 0,8   | 0,08  | 0,09  |
| №652 (1996)            | Отвар шиповника                                                | 200         | 0,67     | 0,00           | 0,27    | 0,27            | 14,01            | 53,51       | 11,76                        | 3,33 | 3,33  | 0,59 | 0        | 163,4      | 0,76  | 0,01  | 196   |
|                        | Выпечка в ассортименте                                         | 80          | 2,89     | 0,00           | 4,09    | 0,25            | 20,10            | 105,33      | 0                            | 0    | 0     | 0    | 0        | 0          | 0,11  | 0     | 0     |
| 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 'Обед 3 день' |                                                                | 835,00      | 29,25    | 3,84           | 25,16   | 2,01            | 115,55           | 764,16      | 255,7                        | 70   | 286   | 3,74 | 193      | 290,1      | 2,66  | 0,29  | 243,7 |
| Обед 4 день            |                                                                |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| ТТК                    | Помидор пикантный                                              | 60          | 0,59     | 0,00           | 4,95    | 3,73            | 2,80             | 57,58       | 7,55                         | 10,8 | 14,09 | 0,49 | 0        | 73,15      | 2,01  | 0,03  | 13,48 |
| №139 (1996)            | Суп картофельный с макаронными<br>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 |
| №401 (1996)            | Гуляш из говядины                                              | 50/50       | 15,63    | 15,01          | 9,78    | 2,42            | 4,01             | 165,96      | 7,81                         | 4,22 | 11,54 | 0,24 | 0        | 14,4       | 1,21  | 0,01  | 0,95  |
| ТТК                    | Булгур с овощами                                               | 150         | 5,32     | 0,01           | 5,03    | 2,50            | 33,49            | 192,35      | 14,38                        | 9,08 | 21,57 | 0,3  | 14,5     | 343,3      | 1,76  | 0,02  | 2,79  |
| №65 (2003)             | Напиток "Здоровье" (с брусникой)                               | 200         | 1,41     | 0,00           | 1,32    | 0,05            | 32,86            | 132,74      | 197,3                        | 34,5 | 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                        | 13,8 | 46,45 | 1,15 | 0        | 0,3        | 0,42  | 0,05  | 0     |
| Итого за 'Обед 4 день' |                                                                | 820,00      | 33,32    | 15,02          | 26,08   | 11,74           | 120,25           | 818,59      | 260,2                        | 96,9 | 193,3 | 9,13 | 14,5     | 677,1      | 7,16  | 0,29  | 37,85 |

| № ТК                                                                       | Наименование блюда                                                 | Выход,<br>г | Белки, г |                | Жиры, г |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал | Минеральные элементы<br>(мг) |      |       |      | Витамины |            |       |       |       |
|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------|----------|----------------|---------|-----------------|------------------|-------------|------------------------------|------|-------|------|----------|------------|-------|-------|-------|
|                                                                            |                                                                    |             | всего    | в т.ч.<br>жив. | всего   | в т.ч.<br>раст. |                  |             | Ca                           | Mg   | P     | Fe   | А,мкг    | РЭ,мк<br>г | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг  |
|                                                                            |                                                                    |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| Обед 5 день                                                                |                                                                    |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| №83 (1982)                                                                 | Салат из квашеной капусты                                          | 60          | 0,80     | 0,00           | 3,01    | 3,01            | 6,12             | 53,63       | 21,89                        | 8,09 | 14,29 | 0,42 | 0        | 0,3        | 1,43  | 0,01  | 13,99 |
| ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП<br>Роспотребнадзора по<br>Свердловской области<br>2018год | Борщ с морской капустой, картофелем,<br>сметаной                   | 250/10      | 1,97     | 0,25           | 7,09    | 5,06            | 14,26            | 123,96      | 41,9                         | 23,1 | 52,57 | 1,08 | 14,7     | 226,9      | 2,41  | 0,05  | 17,28 |
| №430 (1996)                                                                | Запеканка картофельная с мясом                                     | 243/5       | 19,80    | 0,02           | 16,50   | 9,86            | 45,82            | 456,58      | 30,31                        | 57,1 | 149,3 | 2,36 | 28,9     | 39,61      | 4,39  | 0,29  | 47,24 |
| 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                                  | 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                        | 13,8 | 46,45 | 1,15 | 0        | 0,3        | 0,42  | 0,05  | 0     |
| Итого за 'Обед 5 день'                                                     |                                                                    | 838,00      | 27,71    | 0,27           | 27,26   | 18,60           | 115,07           | 850,01      | 112,7                        | 108  | 288,1 | 5,49 | 43,6     | 267,1      | 9,09  | 0,45  | 78,51 |
| Обед 6 день                                                                |                                                                    |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| ТТК                                                                        | Овощи свежие со сладким перцем<br>(огурец, помидор, перец сладкий) | 60          | 0,59     | 0,00           | 0,08    | 0,08            | 2,78             | 12,99       | 10,74                        | 9,23 | 18,91 | 0,42 | 0        | 59,37      | 0,26  | 0,03  | 26,46 |
| №139 (2004)                                                                | Суп картофельный с горохом, гречками                               | 250/10      | 4,98     | 0,00           | 4,80    | 4,80            | 23,86            | 185,87      | 28,88                        | 34,4 | 85,53 | 1,98 | 0        | 231,9      | 2,07  | 0,25  | 11,49 |
| №403 (1996)                                                                | Плов                                                               | 250         | 16,48    | 0,00           | 16,12   | 8,53            | 54,69            | 446,29      | 13,51                        | 43,2 | 117,9 | 0,98 | 0        | 318        | 3,93  | 0,08  | 4,36  |
| ТТК                                                                        | Напиток вишневый                                                   | 200         | 0,47     | 0,00           | 2,61    | 0,00            | 12,29            | 88,24       | 3,68                         | 10   | 11,47 | 0,2  | 180      | 9,3        | 0     | 0,03  | 2,32  |
| 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                        | 13,8 | 46,45 | 1,15 | 0        | 0,3        | 0,42  | 0,05  | 0     |
| Итого за 'обед 6 день'                                                     |                                                                    | 840,00      | 27,44    | 0,00           | 24,27   | 14,08           | 126,19           | 886,36      | 74,94                        | 116  | 305,7 | 5,16 | 180      | 618,9      | 7,12  | 0,48  | 44,63 |

| № ТК                                                                       | Наименование блюда                            | Выход,<br>г | Белки, г |                | Жиры, г |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал | Минеральные элементы<br>(мг) |      |       |      | Витамины |            |       |       |       |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------|----------|----------------|---------|-----------------|------------------|-------------|------------------------------|------|-------|------|----------|------------|-------|-------|-------|
|                                                                            |                                               |             | всего    | в т.ч.<br>жив. | всего   | в т.ч.<br>раст. |                  |             | Ca                           | Mg   | P     | Fe   | А,мкг    | РЭ,мк<br>г | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг  |
|                                                                            |                                               |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| Обед 7 день                                                                |                                               |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| ТТК                                                                        | Огурчик пикантный                             | 60          | 0,43     | 0,00           | 4,95    | 3,73            | 1,89             | 52,63       | 12,4                         | 7,55 | 22,71 | 0,32 | 0        | 5,5        | 1,71  | 0,02  | 5,39  |
| №124 (1996)                                                                | Щи по-уральски с крупой (пшено), сметаной     | 250/10      | 2,10     | 0,25           | 10,77   | 10,24           | 8,54             | 138,19      | 35,86                        | 18   | 41,8  | 0,63 | 9        | 231,2      | 4,62  | 0,04  | 7,51  |
| ТТК                                                                        | Рыба запеченная с сыром                       | 90          | 17,61    | 4,75           | 6,37    | 0,22            | 8,03             | 156,87      | 201,3                        | 18,2 | 112,9 | 0,23 | 272      | 61,52      | 0,19  | 0,03  | 49,8  |
| №472 (1996)                                                                | Пюре картофельное (гарнир)                    | 150         | 3,21     | 0,70           | 5,33    | 0,50            | 23,40            | 153,04      | 41,06                        | 32,2 | 94,78 | 1,16 | 35       | 43,34      | 0,18  | 0,16  | 25,44 |
| №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             | 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                        | 13,8 | 46,45 | 1,15 | 0        | 0,3        | 0,42  | 0,05  | 0     |
| Итого за 'Обед 7 день'                                                     |                                               | 830,00      | 28,59    | 5,70           | 28,22   | 15,48           | 100,50           | 752,97      | 314,8                        | 96,7 | 345,7 | 4,23 | 316      | 428,6      | 7,89  | 0,35  | 215,5 |
| Обед 8 день                                                                |                                               |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| ТТК                                                                        | Помидор пикантный                             | 60          | 0,59     | 0,00           | 4,95    | 3,73            | 2,80             | 57,58       | 7,55                         | 10,8 | 14,09 | 0,49 | 0        | 73,15      | 2,01  | 0,03  | 13,48 |
| ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП<br>Роспотребнадзора по<br>Свердловской области<br>2018год | Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной | 250/10      | 1,97     | 0,25           | 7,09    | 5,06            | 14,26            | 123,96      | 41,9                         | 23,1 | 52,57 | 1,08 | 14,7     | 226,9      | 2,41  | 0,05  | 17,28 |
| ТТК                                                                        | Паприкаш из филе грудки цыпленка              | 60/50       | 13,18    | 0,49           | 8,31    | 2,55            | 8,54             | 154,82      | 93,86                        | 19,4 | 55,29 | 0,71 | 35,2     | 90,66      | 1,45  | 0,07  | 52,03 |
| №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 | 30,4     | 34,28      | 0,82  | 0,08  | 0     |
| №588 (1996)                                                                | Компот из кураги                              | 200         | 1,02     | 0,00           | 0,06    | 0,06            | 18,19            | 106,45      | 31,8                         | 20,6 | 28,62 | 0,67 | 0        | 116,6      | 1,1   | 0,02  | 0,78  |
| 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     |
|                                                                            | Выпечка в ассортименте                        | 50          | 3,26     | 0,59           | 2,84    | 0,59            | 22,11            | 108,50      | 9,94                         | 5,66 | 30,77 | 0,62 | 14,9     | 26,89      | 0,55  | 0,04  | 0,04  |
| Итого за 'Обед 8 день'                                                     |                                               | 870,00      | 28,31    | 1,36           | 28,54   | 13,02           | 120,87           | 849,47      | 205,9                        | 99,4 | 269,4 | 5,35 | 95,1     | 568,6      | 8,83  | 0,36  | 83,61 |

| № ТК                                                                      | Наименование блюда                                     | Выход,<br>г | Белки, г |                | Жиры, г |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал | Минеральные элементы<br>(мг) |      |       |      | Витамины |            |       |       |       |
|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------|----------|----------------|---------|-----------------|------------------|-------------|------------------------------|------|-------|------|----------|------------|-------|-------|-------|
|                                                                           |                                                        |             | всего    | в т.ч.<br>жив. | всего   | в т.ч.<br>раст. |                  |             | Ca                           | Mg   | P     | Fe   | A,мкг    | РЭ,мк<br>г | ТЭ,мг | B1,мг | C,мг  |
| Обед 9 день                                                               |                                                        |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| ТТК                                                                       | Огурчик пикантный                                      | 60          | 0,47     | 0,00           | 5,93    | 4,46            | 2,06             | 62,22       | 13,52                        | 8,23 | 24,78 | 0,35 | 0        | 6          | 2,04  | 0,02  | 5,88  |
| №129 (1996)                                                               | Рассольник ленинградский со сметаной                   | 250/10      | 2,38     | 0,25           | 3,80    | 4,59            | 17,47            | 129,99      | 27,55                        | 23,5 | 68,62 | 0,9  | 9        | 219        | 2,08  | 0,08  | 6,71  |
| №493 (2004)                                                               | Филе голени индейки тушенное в сметанном соусе         | 60/50       | 14,23    | 0,32           | 10,89   | 3,99            | 4,53             | 199,15      | 13,9                         | 2,12 | 13,52 | 0,12 | 29,9     | 33,06      | 1,92  | 0,01  | 0,15  |
| №472 (1996)                                                               | Пюре картофельное (гарнир)                             | 150         | 3,21     | 0,70           | 5,33    | 0,50            | 23,40            | 153,04      | 41,06                        | 32,2 | 94,78 | 1,16 | 35       | 43,34      | 0,18  | 0,16  | 25,44 |
| ТТК                                                                       | Напиток из брусники                                    | 200         | 2,70     | 0,00           | 2,51    | 0,00            | 39,25            | 163,66      | 386,8                        | 66,2 | 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 9 день '                                                   |                                                        | 830,00      | 26,51    | 1,27           | 28,94   | 14,01           | 110,11           | 818,07      | 495,6                        | 145  | 300,8 | 14,5 | 73,9     | 387,9      | 7,25  | 0,42  | 50,43 |
| Обед 10 день                                                              |                                                        |             |          |                |         |                 |                  |             |                              |      |       |      |          |            |       |       |       |
| ТТК                                                                       | Помидор пикантный                                      | 60          | 0,59     | 0,00           | 4,95    | 3,73            | 2,80             | 57,58       | 7,55                         | 10,8 | 14,09 | 0,49 | 0        | 73,15      | 2,01  | 0,03  | 13,48 |
| №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      | 60,83                        | 24,2 | 77    | 0,62 | 36,3     | 491,8      | 0,27  | 0,08  | 12,42 |
| №48 (2003)                                                                | Кнели из говядины                                      | 90          | 13,20    | 0,67           | 7,06    | 1,53            | 3,35             | 156,44      | 2,91                         | 0,64 | 10,19 | 0,13 | 13,2     | 14,04      | 0,69  | 0     | 0     |
| ФБУН ЕМНЦ ПОЗРП<br>Роспотребнадзора по<br>Свердловской области<br>2018год | Каша гречневая вязкая с овощами (гарнир)               | 150         | 4,39     | 0,02           | 7,42    | 3,54            | 34,50            | 174,71      | 17,52                        | 71,3 | 111   | 2,37 | 27,8     | 326        | 1,49  | 0,15  | 1,7   |
| ТТК                                                                       | Напиток из смородины                                   | 200         | 1,13     | 0,00           | 0,12    | 0,00            | 15,70            | 65,27       | 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                        | 13,8 | 46,45 | 1,15 | 0        | 0,3        | 0,42  | 0,05  | 0     |
| Итого за 'Обед 10 день '                                                  |                                                        | 825,00      | 27,75    | 1,79           | 25,64   | 9,78            | 108,24           | 745,08      | 105,4                        | 125  | 277,8 | 5,12 | 77,2     | 905,3      | 5,21  | 0,35  | 27,59 |