

гласовано:  
ректор образовательного учреждения

А.Е.Малицкий

27 октября 2026 г.

| Жиры                                                        | Гливоды      | ЭЦ            | ккал           | № Рец.      | Наименование блюд                             | Выход, г |
|-------------------------------------------------------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-----------------------------------------------|----------|
| <b>Меню 7-11 лет (завтрак) Челябинск ШУ</b>                 |              |               |                |             |                                               |          |
| 12,64                                                       | 9,84         | 10,08         | 179,40         | 288/17      | Птица отварная                                | 100      |
| 6,02                                                        | 3,03         | 38,40         | 214,40         | 309/17      | Макаронные изделия отварные                   | 160      |
| 0,00                                                        | 0,00         | 19,00         | 80,00          | 242/05      | Напиток с витаминами в ассортименте           | 200      |
| 3,04                                                        | 0,32         | 19,68         | 98,34          |             | Хлеб пшеничный                                | 40       |
| <b>21,70</b>                                                | <b>13,19</b> | <b>87,16</b>  | <b>572,14</b>  | <b>0,00</b> |                                               |          |
| <b>Меню 7-11л Двухразовое питание Челябинск ШУ</b>          |              |               |                |             |                                               |          |
| 5,60                                                        | 5,35         | 27,44         | 180,44         | 182/17      | Каша молочная 5злаков (жидкая) с маслом слив. | 200/2    |
| 0,00                                                        | 0,00         | 10,00         | 42,00          | 411/16      | Чай с сахаром                                 | 200      |
| 3,75                                                        | 1,25         | 26,25         | 131,25         |             | Батон нарезной                                | 50       |
| 1,66                                                        | 15,00        | 31,66         | 270,00         |             | Кондитерское изделие (вафли)                  | 50       |
| 1,83                                                        | 4,70         | 13,54         | 103,78         | 96/17       | Рассольник "Ленинградский"                    | 200      |
| 12,64                                                       | 9,84         | 10,08         | 179,40         | 288/17      | Птица отварная                                | 100      |
| 6,02                                                        | 3,03         | 38,40         | 214,40         | 309/17      | Макаронные изделия отварные                   | 160      |
| 0,00                                                        | 0,00         | 19,00         | 80,00          | 242/05      | Напиток с витаминами в ассортименте           | 200      |
| 3,04                                                        | 0,32         | 19,68         | 98,34          |             | Хлеб пшеничный                                | 40       |
| <b>34,54</b>                                                | <b>39,49</b> | <b>196,05</b> | <b>1299,61</b> |             |                                               |          |
| <b>Меню 12лет и старше Двухразовое питание Челябинск ШУ</b> |              |               |                |             |                                               |          |
| 7,00                                                        | 6,69         | 34,30         | 225,38         | 182/17      | Каша молочная 5злаков (жидкая) с маслом слив. | 250/2    |
| 0,00                                                        | 0,00         | 10,00         | 42,00          | 411/16      | Чай с сахаром                                 | 200      |
| 3,75                                                        | 1,25         | 26,25         | 131,25         |             | Батон нарезной                                | 50       |
| 1,66                                                        | 15,00        | 31,66         | 270,00         |             | Кондитерское изделие (вафли)                  | 50       |
| 3,29                                                        | 6,88         | 17,93         | 146,80         | 96/17       | Рассольник "Ленинградский"                    | 250      |
| 12,64                                                       | 9,84         | 10,08         | 179,40         | 288/17      | Птица отварная                                | 100      |
| 7,52                                                        | 3,79         | 48,00         | 268,10         | 309/17      | Макаронные изделия отварные                   | 200      |
| 0,00                                                        | 0,00         | 19,00         | 80,00          | 242/05      | Напиток с витаминами в ассортименте           | 200      |
| 3,80                                                        | 0,40         | 24,60         | 122,93         |             | Хлеб пшеничный                                | 50       |
| <b>39,66</b>                                                | <b>43,85</b> | <b>221,82</b> | <b>1465,86</b> |             |                                               |          |
| <b>Меню 12лет и старше (завтрак) Челябинск ШУ</b>           |              |               |                |             |                                               |          |
| 12,64                                                       | 9,84         | 10,08         | 179,40         | 288/17      | Птица отварная                                | 100      |
| 7,52                                                        | 3,79         | 48,00         | 268,10         | 309/17      | Макаронные изделия отварные                   | 200      |
| 0,00                                                        | 0,00         | 19,00         | 80,00          | 242/05      | Напиток с витаминами в ассортименте           | 200      |
| 3,80                                                        | 0,40         | 24,60         | 122,93         |             | Хлеб пшеничный                                | 50       |
| <b>23,96</b>                                                | <b>14,03</b> | <b>101,68</b> | <b>650,43</b>  |             |                                               |          |
| <b>Меню 12лет и старше (завтрак) Челябинск ШУ РП</b>        |              |               |                |             |                                               |          |
| 1,84                                                        | 5,06         | 7,83          | 84,22          | 52/17       | Салат из свеклы                               | 60       |
| 1,83                                                        | 4,70         | 13,54         | 103,78         | 96/17       | Рассольник "Ленинградский" со сметаной        | 200/5    |
| 9,00                                                        | 33,92        | 3,28          | 354,32         | 260/17      | Гуляш из мяса                                 | 50/50    |
| 3,69                                                        | 10,77        | 27,60         | 222,07         | 143/17      | Пюре картофельное                             | 200      |
| 0                                                           | 0            | 10,00         | 42,00          | 411/16      | Чай с сахаром                                 | 200      |
| 1,52                                                        | 0,16         | 9,84          | 49,17          |             | Хлеб пшеничный                                | 20       |
| <b>17,88</b>                                                | <b>54,61</b> | <b>72,09</b>  | <b>855,56</b>  |             |                                               |          |
| <b>Меню 7-11лет (ГПД) Челябинск ШУ</b>                      |              |               |                |             |                                               |          |
| 1,84                                                        | 5,06         | 7,83          | 84,22          | 52/17       | Салат из свеклы                               | 60       |
| 1,83                                                        | 4,70         | 13,54         | 103,78         | 96/17       | Рассольник "Ленинградский"                    | 200      |
| 9,00                                                        | 33,92        | 3,28          | 354,32         | 260/17      | Гуляш из мяса                                 | 50/50    |
| 2,77                                                        | 8,08         | 20,70         | 166,55         | 143/17      | Ругу из овощей                                | 150      |
| 0                                                           | 0            | 10,00         | 42,00          | 411/16      | Чай с сахаром                                 | 200      |
| 1,52                                                        | 0,16         | 9,84          | 49,17          |             | Хлеб пшеничный                                | 20       |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                              |              |               |                |             |                                               |          |
| 1,00                                                        | 0,00         | 20,20         | 84,80          | 389/11      | Сок в индивидуальной упаковке                 | 200      |
| 7,62                                                        | 23,00        | 46,32         | 411,00         |             | Булочка "Дорожная"                            | 100      |
| <b>25,58</b>                                                | <b>74,92</b> | <b>131,71</b> | <b>1295,84</b> |             |                                               |          |