

ласовано:
 директор образовательного учреждения

А.Е.Малицкий

19 октября 2026 г.

Виды, жиры, углеводы, ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
--------------------------------	--------	-------------------	----------

Меню 7-11лет (завтрак) Челябинск ШУ

2,55	6,80	15,53	173,55	234/17	Котлета рыбная	100
3,81	2,72	40,00	208,50	304/17	Рис отварной с соусом	150/20
		24,00	95,00	ТТК 19	Кисель с витаминами	200
3,04	0,32	19,68	98,34		Хлеб пшеничный	40
9,40	9,84	99,21	575,39			

Меню 7-11л Двухразовое питание Челябинск ШУ

6,32	8,79	19,37	187,01	181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом слив.	200/2
4,17	5,00	37,50	207,50		Кондитерское изделие (печенье)	50
0,00	0,00	10,00	41,00	411/16	Чай с сахаром	200
3,00	1,00	21,00	105,00		Батон нарезной	40
3,96	4,86	17,01	131,81	103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
12,55	6,80	15,53	173,55	234/17	Котлета рыбная	100
3,81	2,72	40,00	208,50	304/17	Рис отварной с соусом	150/20
		24,00	95,00	ТТК 19	Кисель с витаминами	200
3,04	0,32	19,68	98,34		Хлеб пшеничный	40
36,85	29,49	204,09	1247,71			

Меню 12лет и старше Двухразовое питание Челябинск ШУ

7,85	9,14	40,96	277,51	181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом слив.	250/2
4,17	5,00	37,50	207,50		Кондитерское изделие (печенье)	50
0,00	0,00	10,00	41,00	411/16	Чай с сахаром	200
3,75	1,25	26,25	131,25		Батон нарезной	50
4,95	6,08	21,26	164,76	103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	250
12,55	6,80	15,53	173,55	234/17	Котлета рыбная	100
5,08	3,63	53,33	278,00	304/17	Рис отварной с соусом	200/20
		24,00	95,00	ТТК 19	Кисель с витаминами	200
3,04	0,32	19,68	98,34		Хлеб пшеничный	40
41,39	32,22	248,51	1466,91			

Меню 12лет и старше (завтрак) Челябинск ШУ

12,55	6,80	15,53	173,55	234/17	Котлета рыбная	100
5,08	3,63	53,33	278,00	304/17	Рис отварной с соусом	200/20
		24,00	95,00	ТТК 19	Кисель с витаминами	200
3,04	0,32	19,68	98,34		Хлеб пшеничный	40
20,67	10,75	112,54	644,89			560

Меню 12лет и старше (завтрак) Челябинск ШУ РП

0,88	3,11	5,64	55,30	71/04	Винегрет овощной (без капусты)	60
3,96	4,86	17,01	131,81	103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
10,07	28,23	26,13	398,85	259/17	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	50/150
0,00	0,00	10,00	42,00	411/16	Чай с сахаром	200
1,52	0,16	9,84	49,17		Хлеб пшеничный	20
16,43	36,36	68,62	677,13			

Меню 7-11лет (ГПД) Челябинск ШУ

0,88	3,11	5,64	55,30	71/04	Винегрет овощной (без капусты)	60
3,96	4,86	17,01	131,81	103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
10,07	28,23	26,13	398,85	259/17	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	25/150
0,00	0,00	10,00	42,00	411/16	Чай с сахаром	200
1,52	0,16	9,84	49,17		Хлеб пшеничный	20

ПОЛДНИК

1,00	0,00	20,20	84,80	389/11	Сок в индивидуальной упаковке	200
5,62	22,58	45,32	406,24	280	Булочка домашняя	100
23,05	58,94	134,14	1168,17			