

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

А.Е.Малицкий

на 21 октября 2026 г.

Белки,	Жиры,	Глиеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Меню 7-11лет (завтрак) Челябинск ШУ						
15,84	12,06	6,66	198,45	46/05	Биточек куриный "Солнышко"	90
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-
3,80	0,40	24,60	122,93		Хлеб пшеничный	50
25,66	15,49	88,66	615,78			
Меню 7-11л Двухразовое питание Челябинск ШУ						
5,60	5,35	27,44	180,44	182/17	Каша молочная 5злаков (жидкая) с маслом слив.	200/5
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
4,64	8,56	15,76	158,64	82/17	Борщ с капустой и картофелем	200
15,84	12,06	6,66	198,45	46/05	Биточек куриный "Солнышко"	90
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
3,80	0,40	24,60	122,93		Хлеб пшеничный	50
41,31	45,65	199,77	1398,11			
Меню 12лет и старше Двухразовое питание Челябинск ШУ						
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
5,80	10,70	19,70	198,30	82/17	Борщ с капустой и картофелем	250
19,56	14,89	8,23	245,00	46/05	Биточек куриный "Солнышко"	100
7,52	3,79	48,00	268,00	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
49,09	52,72	221,74	1582,86			
Меню 12лет и старше (завтрак) Челябинск ШУ						
19,56	14,89	8,23	245,00	46/05	Биточек куриный "Солнышко"	100
7,52	3,79	48,00	268,00	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
30,88	19,08	99,83	715,93			
Меню 12лет и старше (завтрак) Челябинск ШУ РП						
0,74	0,06	16,92	74,71	62,17	Салат из моркови с сахаром	60
4,64	8,56	15,76	158,64	82/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200
3,14	3,27	22,34	136,50	278/17	Тефтели с соусом	60/50
4,35	10,40	29,32	235,00	32/17	Пюре картофельное	200
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
14,39	22,45	104,18	696,02			
Меню 7-11лет (ППД) Челябинск ШУ						
0,74	0,06	16,92	74,71	62,17	Салат из моркови с сахаром	60
4,64	8,56	15,76	158,64	82/17	Борщ с капустой и картофелем	200
3,14	3,27	22,34	136,50	278/17	Тефтели с соусом	60/50
3,26	7,80	22,00	176,30	32/17	Пюре картофельное	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
8,56	7,58	59,60	340,68	280	Блинчики 2 шт.	90
22,86	27,43	176,66	1062,80			