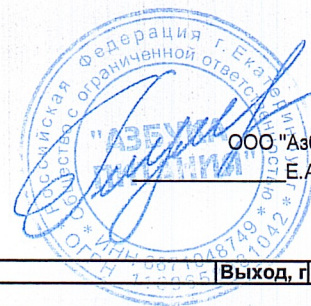


Согласовано:
Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
Директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широконова

на 12 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню 7-11л Двухразовое питание 373,79 Екатеринбург ШУ							
8,54	8,11	44,30	274,56	1633,09	Хлопья сладкие с молоком	240	54,93
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	37,70
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	28,27
1,12	4,79	15,96	108,98	1746,01	Печенье, шт	30	20,44
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	8,18
0,77	1,29	18,01	86,68	45	Салат из белокочанной капусты с морковью и горошком, Витаминный	60	19,30
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	22,45
10,06	25,20	3,25	212,70	437,06	Гуляш из мяса свинины @	90	127,02
3,60	6,00	37,05	220,38	512	Рис припущенный	150	20,73
0,26	0,20	25,08	103,30	14539,89	Лимонад апельсиновый	200	25,85
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	4,46
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	4,46
45,51	59,27	268,02	1 674,91				373,79
Меню 7-11л (завтрак) Екатеринбург 149,52р ШУ							
8,54	8,11	44,30	274,56	1633,09	Хлопья сладкие с молоком	240	54,93
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	37,70
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	28,27
1,12	4,79	15,96	108,98	1746,01	Печенье, шт	30	20,44
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	8,18
21,64	19,88	139,44	806,05				149,52
Меню от 12л Двухразовое питание Екатеринбург 442,34 ШУ							
8,54	8,11	44,30	274,56	1633,09	Хлопья сладкие с молоком	240	65,00
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	44,61
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	33,46
1,12	4,79	15,96	108,98	1746,01	Печенье, шт	30	24,19
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	9,68
0,77	1,29	18,01	86,68	45	Салат из белокочанной капусты с морковью и горошком, Витаминный	60	20,64
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	30,03
11,17	28,01	3,61	236,34	437,06	Гуляш из мяса свинины @	100	150,94
4,32	7,20	44,46	264,46	512	Рис припущенный	180	26,60
0,26	0,20	25,08	103,30	14539,89	Лимонад апельсиновый	200	27,65
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	4,77
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	4,77
48,44	64,46	278,85	1 770,13				442,34
Меню 7-11л (ГПД с булочкой) Екатеринбург ШУ							
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	21,31
10,06	25,20	3,25	212,70	437,06	Гуляш из мяса свинины @	90	120,54
3,60	6,00	37,05	220,38	512	Рис припущенный	150	19,67
0,26	0,20	25,08	103,30	14539,89	Лимонад апельсиновый	200	24,53
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	4,23
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	4,23
8,22	5,94	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный @	60	14,34
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,66
31,56	44,14	147,81	1 050,99				220,51
Меню 7-11л (обед) Екатеринбург 224,27р ШУ							
0,77	1,29	18,01	86,68	45	Салат из белокочанной капусты с морковью и горошком, Витаминный	60	19,30
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	22,45
10,06	25,20	3,25	212,70	437,06	Гуляш из мяса свинины @	90	127,02
3,60	6,00	37,05	220,38	512	Рис припущенный	150	20,73
0,26	0,20	25,08	103,30	14539,89	Лимонад апельсиновый	200	25,85
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	4,46
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	4,46
23,87	39,39	128,59	868,86				224,27
Меню от 12л обед Екатеринбург ШУ 265,4р род плата							
0,77	1,29	18,01	86,68	45	Салат из белокочанной капусты с морковью и горошком, Витаминный	60	20,64
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	30,03
11,17	28,01	3,61	236,34	437,06	Гуляш из мяса свинины @	100	150,94
4,32	7,20	44,46	264,46	512	Рис припущенный	180	26,60
0,26	0,20	25,08	103,30	14539,89	Лимонад апельсиновый	200	27,65
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	4,77
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	4,77
26,80	44,58	139,42	964,08				265,40
Меню от 12л обед Екатеринбург 265,4р ШУ							
0,77	1,29	18,01	86,68	45	Салат из белокочанной капусты с морковью и горошком, Витаминный	60	20,64
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	30,03
11,17	28,01	3,61	236,34	437,06	Гуляш из мяса свинины @	100	150,94
4,32	7,20	44,46	264,46	512	Рис припущенный	180	26,60
0,26	0,20	25,08	103,30	14539,89	Лимонад апельсиновый	200	27,65
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	4,77
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	4,77
26,80	44,58	139,42	964,08				265,40
Меню от 12л завтрак 176,94р Екатеринбург ШУ род плата							
11,17	28,01	3,61	236,34	437,06	Гуляш из мяса свинины @	100	124,39
4,32	7,20	44,46	264,46	512	Рис припущенный	180	21,91

0,26	0,20	25,08	103,30	14539,89	Лимонад апельсиновый	200	22,78
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,93
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,93
20,55	37,36	106,10	739,85				176,94
Меню от 12л завтрак 176,94 Екатеринбург ШУ							
11,17	28,01	3,61	236,34	437,06	Гуляш из мяса свинины @	100	124,39
4,32	7,20	44,46	264,46	512	Рис припущенный	180	21,91
0,26	0,20	25,08	103,30	14539,89	Лимонад апельсиновый	200	22,78
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,93
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,93
20,55	37,36	106,10	739,85				176,94

Технолог:

