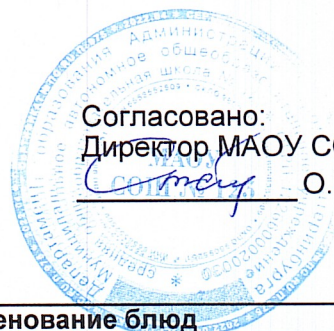




Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 123
Соткина О.В.Старикова

на 19 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Меню 7-11л (ГПД) Екатеринбург ШУ род плата 180р							
9,32	8,20	44,57	289,59	845	Каша гречневая вязкая молочная	200	46,99
3,50	3,00	7,62	75,33	1066,01	Сырники_@	50	71,13
1,58	1,74	9,55	64,20	902	Молоко сгущенное	20	14,76
0,22	0,09	26,73	110,05	930,13	Напиток Облепиховый	200	6,37
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	6,22
0	0	10,97	59,85	828	Чай с сахаром_@	200	2,79
69,50	137,50	#####	4 612,50	1144,05	Круассан с шоколадом 80 г_@	80	37,21
87,33	151,87	#####	5 296,72				180,00
Меню 7-11л Двухразовое питание 373,79 Екатеринбург ШУ							
9,32	8,20	44,57	289,59	845	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливо	200	50,19
3,50	3,00	7,62	75,33	1066,01	Бутерброд с маслом	50	66,60
0,48	0,48	11,76	88,00	976	Яблоки свежие	120	30,66
0,22	0,09	26,73	110,05	930,13	Напиток Облепиховый	200	6,80
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	6,64
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	16,23
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свининой_@	220	144,57
0,16	0,16	23,88	99,10	912,01	Компот из свежих яблок и апельсин	200	20,95
0,48	0,48	11,76	88,00	976	Яблоки свежие	120	36,08
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,22
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,22
45,36	62,26	#####	1 619,89				373,79
Меню 7-11л (завтрак) Екатеринбург 149,52р ШУ							
9,32	8,20	44,57	289,59	845	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливо	200	50,19
3,50	3,00	7,62	75,33	1066,01	Бутерброд с маслом	50	66,60
0,48	0,48	11,76	88,00	976	Яблоки свежие	120	30,66
0,22	0,09	26,73	110,05	930,13	Напиток Облепиховый	200	6,80
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	6,64
17,83	14,37	#####	624,37				149,52
Меню от 12л Двухразовое питание Екатеринбург 442,34 ШУ							
11,66	10,25	55,71	361,99	845	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливо	250	68,51
3,50	3,00	7,62	75,33	1066,01	Сырники_@	50	77,65
1,58	1,74	9,55	64,20	902	Молоко сгущенное	20	16,11
0,22	0,09	26,73	110,05	930,13	Напиток Облепиховый	200	7,42
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	7,25
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	23,57
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свининой_@	220	167,90
0,26	0,12	20,00	97,80	1473	Компот из яблок и апельсин	200	24,55
0,48	0,48	11,76	88,00	976	Яблоки свежие	120	41,90
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,74
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,74
48,89	65,45	#####	1 718,50				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	16,77
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свининой_@	220	149,43
0,16	0,16	23,88	99,10	912,01	Компот из свежих яблок и апельсин	200	21,65
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,33
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,33
69,50	137,50	#####	4 612,50	1144,05	Круассан с шоколадом 80 г_@	80	24,81
0,20	0	6,50	26,80	14539,27	Чай с сахаром_@	200	1,19
96,75	184,90	#####	5 546,82				220,51

Меню 7-11л (обед) Екатеринбург 230,94р ШУ РП							
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	26,11
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свининой _@	220	186,61
0,48	0,48	11,76	88,00	976	Яблоки свежие	120	36,08
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	9,90
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	4,16
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	4,16
27,99	48,43	#####	895,93				230,94
Меню от 12л (суп) Екатеринбург 54р ШУ род плата							
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	54,00
5,48	5,94	15,30	137,56				54,00
Меню 7-11л (обед) Екатеринбург 224,27р ШУ							
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	16,23
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свининой _@	220	144,57
0,16	0,16	23,88	99,10	912,01	Компот из свежих яблок и апельсин	200	20,95
0,48	0,48	11,76	88,00	976	Яблоки свежие	120	36,08
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,22
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,22
27,53	47,88	#####	995,52				224,27
Меню от 12л обед Екатеринбург 265,4р ШУ							
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	23,57
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свининой _@	220	167,90
0,26	0,12	20,00	97,80	1473	Компот из яблок и апельсин	200	24,55
0,48	0,48	11,76	88,00	976	Яблоки свежие	120	41,90
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,74
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,74
28,73	49,03	#####	1 021,73				265,40
Меню от 12л завтрак 176,94р Екатеринбург ШУ род плата							
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свининой _@	220	122,84
0,26	0,12	20,00	97,80	1473	Компот из яблок и апельсин	200	17,96
3,50	3,00	7,62	75,33	1066,01	Сырники _@	50	71,13
1,58	1,74	9,55	64,20	902	Молоко сгущенное	20	14,76
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	2,74
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	2,74
23,25	43,10	#####	884,17				176,94
Меню от 12л завтрак 176,94 Екатеринбург ШУ							
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свининой _@	220	122,84
0,26	0,12	20,00	97,80	1473	Компот из яблок и апельсин	200	17,96
3,50	3,00	7,62	75,33	1066,01	Сырники _@	50	71,13
1,58	1,74	9,55	64,20	902	Молоко сгущенное	20	14,76
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	2,74
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	2,74
23,25	43,10	#####	884,17				176,94
Меню от 12л (вариативное) Екатеринбург 200р ШУ							
1,80	16,34	9,33	192,36	1387,03	Индейка по-строгановски _@	220	138,67
6,22	10,84	35,96	266,23	1011,03	Спагетти отварные	180	9,46
18,40	22,33	51,71	480,97	293	Пельмени мясные отварные	200	38,86
0,26	0,12	20,00	97,80	1473	Компот из яблок и апельсин	200	10,17
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	1,42
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	1,42
31,48	51,58	#####	1 173,10				200,00
Меню от 12л (вып) Екатеринбург ШУ род плата							
69,50	137,50	#####	4 612,50	1144,05	Круассан с шоколадом 80 г _@	80	54,00
69,50	137,50	#####	4 612,50				54,00

Заведующий производством

