



Согласовано: СОШ № 123
Директор образовательного учреждения

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

на 2 октября 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л завтрак 176,94р Екатеринбург ШУ род плата							
13,50	10,00	0,20	201,00	14572	Наггетсы куриные	100	114,94
7,61	5,20	37,14	262,14	516	Пюре картофельное	180	40
0,68	0,28	27,62	68,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	15
4,28	1,80	17,40	96,80	897	Хлеб пшеничный	40	4
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
28,62	18,27	96,91	706,26				176,94
Меню от 12л завтрак 176,94 Екатеринбург ШУ							
13,50	10,00	0,20	201,00	14572	Наггетсы куриные	100	114,94
7,61	5,20	37,14	262,14	516	Пюре картофельное	180	40
0,68	0,28	27,62	68,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	15
4,28	1,80	17,40	96,80	897	Хлеб пшеничный	40	4
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
28,62	18,27	96,91	706,26				176,94
Меню 7-11л (ГПД) Екатеринбург ШУ род плата 180р							
19,51	6,14	13,40	191,63	255,04	Биточек из мяса кур	90	96,77
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	150	28,8
0	0	16,00	53,80	14539,27	Чай с сахаром	200	15
1,50	0,87	12,50	78,23	693	Батон	30	5,95
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
0	0	0	0	1761	Круассан	50	21,48
4,01	2,80	7,05	69,91	935,01	Йогурт питьевой	200	15,00
30,83	15,83	85,52	618,21				180,00
Меню 7-11л Двухразовое питание 373,79 Екатеринбург ШУ							
19,51	6,14	13,40	191,63	255,04	Биточек из мяса кур	90	96,77
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	150	28,8
0	0	16,00	53,80	14539,27	Чай с сахаром	200	15
1,50	0,87	12,50	78,23	693	Батон	30	5,95
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
0,75	4,25	4,71	62,17	1328,03	Морковь по-корейски (лимонная кислота)	60	16
4,70	4,43	13,18	130,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200	44
1,30	0,16	2,81	25,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	3,27
12,15	9,00	0,18	180,90	14572	Наггетсы куриные	90	105
6,34	4,33	30,95	218,45	516	Пюре картофельное	150	35
0,68	0,28	27,62	68,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	15
3,21	1,35	13,05	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	3
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
58,50	37,82	185,53	1 384,06				373,79
Меню 7-11л (завтрак) Екатеринбург 149,52р ШУ							
19,51	6,14	13,40	191,63	255,04	Биточек из мяса кур	90	96,77
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	150	28,8
0	0	16,00	53,80	14539,27	Чай с сахаром	200	15
1,50	0,87	12,50	78,23	693	Батон	30	5,95
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
26,82	13,04	78,48	548,31				149,52
Меню от 12л Двухразовое питание Екатеринбург 442,34 ШУ							
21,67	6,82	14,89	212,92	255,04	Биточек из мяса кур	100	106,55
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180	43,44
0	0	16,00	53,80	14539,27	Чай с сахаром	200	15
2,00	1,16	16,66	104,30	693	Батон	40	8,95
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
1,25	7,08	7,86	103,61	1328,03	Морковь по-корейски	100	28,13
5,88	5,54	16,48	162,89	139	Суп картофельный с бобовыми	250	55
1,94	0,24	4,21	37,50	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	5,27
13,50	10,00	0,20	201,00	14572	Наггетсы куриные	100	115
7,61	5,20	37,14	262,14	516	Пюре картофельное	180	40,00
0,68	0,28	27,62	68,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	15
4,28	1,80	17,40	96,80	897	Хлеб пшеничный	40	4
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
67,82	46,14	214,00	1 635,33				442,34
Меню от 12л обед Екатеринбург 265,4р ШУ							
1,25	7,08	7,86	103,61	1328,03	Морковь по-корейски	100	28,13
5,88	5,54	16,48	162,89	139	Суп картофельный с бобовыми	250	55
1,94	0,24	4,21	37,50	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	5,27
13,50	10,00	0,20	201,00	14572	Наггетсы куриные	100	115
7,61	5,20	37,14	262,14	516	Пюре картофельное	180	40,00
0,68	0,28	27,62	68,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	15
4,28	1,80	17,40	96,80	897	Хлеб пшеничный	40	4
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
37,69	31,12	125,46	1 010,27				265,40
Меню 7-11л (обед) Екатеринбург 224,27р ШУ							
0,75	4,25	4,71	62,17	1328,03	Морковь по-корейски	60	16
4,70	4,43	13,18	130,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200	44
1,30	0,16	2,81	25,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	3,27

12,15	9,00	0,18	180,90	14572	Наггетсы куриные	90	105
6,34	4,33	30,95	218,45	516	Пюре картофельное	150	35
0,68	0,28	27,62	68,62	705	Напиток из плодов шиповника	200	15
3,21	1,35	13,05	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	3
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	3
31,68	24,79	107,06	835,75				224,27
Меню от 12л (вып) Екатеринбург ШУ род плата							
2,55	0,99	14,55	77,70	1761,02	Круассан	50	54,00
0	0	0	0				54,00

Технолог:

