

Согласовано  
 Директор МАОУ СОШ №4  
 с углубленным изучением отдельных предметов  
 М.А.Изотова

Утверждаю  
 Директор ООО "Каскад"  
 Н.А.Елькина

**Основное десятидневное меню завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (с пищевой аллергией на молочную продукцию, куриный белок)**

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным питанием (завтрак) обучающихся в первую смену, в размере 64 рублей 42 копеек)

**1 день (понедельник)**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42)</b>								
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,16	0,00	1,98	1,49	0,69	20,74
№459 (2004)	Руллет из говядины паровой с соусом красным основным	50/40	9,25	0,00	4,95	0,91	6,51	106,64
№466 (1996)	Рис припущенный с куркумой	150	3,64	0,03	4,82	0,51	39,63	216,96
№686 (1996)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	17,77	84,11
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>17,20</b>	<b>0,03</b>	<b>12,30</b>	<b>3,48</b>	<b>86,84</b>	<b>522,08</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
Отклонение			-2,05	0,03	-7,45	3,48	3,09	-65,42
Содержание, % от калорийности			14,00		22,00		65,00	

**2 день (вторник)**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42)</b>								
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,16	0,00	1,98	1,49	0,69	20,74
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
№469 (1996)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
№685 (1996)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>18,73</b>	<b>0,03</b>	<b>17,98</b>	<b>8,79</b>	<b>87,18</b>	<b>576,25</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
Отклонение			-0,52	0,03	-1,77	8,79	3,43	-11,25
Содержание, % от калорийности			13,00		29,00		58,00	

**3 день (среда)**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42)</b>								
№389 (2004)	Биточки рыбные (паровые) с отрубями, растительным маслом	90	15,96	14,46	6,58	1,99	8,21	154,13
№518 (2004)	Картофель отварной с маслом растительным	150	2,94	0,00	4,90	4,90	26,02	158,49
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>22,62</b>	<b>14,46</b>	<b>11,99</b>	<b>7,41</b>	<b>72,45</b>	<b>479,95</b>

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)

Отклонение

Содержание, % от калорийности

19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
3,37	14,46	-7,76	7,41	-11,30	-107,55
19,00		23,00		57,00	

**4 день (четверг)**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42)</b>								
№47 (2004)	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями, маслом растительным	90	14,54	0,00	7,80	1,63	8,86	160,14
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая (гарнир) с маслом растительным	150	4,11	0,00	5,09	5,09	26,39	167,16
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	17,77	84,11
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>22,75</b>	<b>0,00</b>	<b>13,45</b>	<b>7,29</b>	<b>76,00</b>	<b>506,66</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
Отклонение			3,50	0,00	-6,30	7,29	-7,75	-80,84
Содержание, % от калорийности			18,00		25,00		57,00	

**5 день (пятница)**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42)</b>								
ТТК	Помидор пикантный	30/3	0,32	0,00	3,00	2,26	1,53	34,05
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
№755 (1982)	Макаронные изделия отварные	150	5,51	0,03	4,89	0,65	36,65	212,18
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>18,70</b>	<b>0,03</b>	<b>18,95</b>	<b>9,51</b>	<b>92,18</b>	<b>602,97</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00
Отклонение			-58,30	0,03	-60,05	9,51	-242,82	-1747,03
Содержание, % от калорийности			13,00		29,00		58,00	

**6 день (понедельник)**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42)</b>								
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,16	0,00	1,98	1,49	0,69	20,74
№459 (2004)	Рулет из говядины паровой с соусом красным основным	50/40	9,25	0,00	4,95	0,91	6,51	106,64
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая с маслом растительным (гарнир)	150	4,49	0,00	5,48	5,48	24,27	158,23
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	17,77	84,11
пром.	Хлеб ржаной	35	2,26	0,00	0,41	0,41	14,30	66,33
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,01</b>	<b>0,00</b>	<b>13,14</b>	<b>8,63</b>	<b>77,61</b>	<b>491,77</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
Отклонение			-0,24	0,00	-6,61	8,63	-6,14	-95,73
Содержание, % от калорийности			16,00		25,00		59,00	

## 7 день (вторник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42 )</b>								
ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПТ Роспотребнадзора, ФГБОУ ВО УрГЭУиЭ в Свердловской области 2018 год	Печень тушеная (безмолочное меню)	90	17,56	17,02	8,49	4,97	4,39	161,49
№257 (1996)	Каша пшеничная вязкая (гарнир) с маслом растительным	150	4,11	0,00	5,09	5,09	26,39	167,16
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>25,40</b>	<b>17,02</b>	<b>14,11</b>	<b>10,59</b>	<b>69,00</b>	<b>495,99</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
Отклонение			6,15	17,02	-5,64	10,59	-14,75	-91,51
Содержание, % от калорийности			21,00		26,00		53,00	

## 8 день (среда)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42 )</b>								
№389 (2004)	Биточки рыбные (паровые) с отрубями, растительным маслом	90	15,96	14,46	6,58	1,99	8,21	154,13
№518 (2004)	Картофель отварной с маслом растительным	150	2,94	0,00	4,90	4,90	26,02	158,49
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>22,62</b>	<b>14,46</b>	<b>11,99</b>	<b>7,41</b>	<b>72,45</b>	<b>479,95</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
Отклонение			3,37	14,46	-7,76	7,41	-11,30	-107,55
Содержание, % от калорийности			19,00		23,00		57,00	

## 9 день (четверг)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42 )</b>								
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,16	0,00	1,98	1,49	0,69	20,74
№422 (1996)	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	60/50	9,33	0,00	10,59	6,13	11,62	175,99
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая с маслом растительным (гарнир)	150	4,49	0,00	5,48	5,48	24,27	158,23
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>17,71</b>	<b>0,00</b>	<b>18,57</b>	<b>13,62</b>	<b>74,80</b>	<b>522,30</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
Отклонение			-1,54	0,00	-1,18	13,62	-8,95	-65,20
Содержание, % от калорийности			14,00		33,00		53,00	

# 10 день (пятница)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
<b>1-4 классы - завтрак (дотация 64-42 )</b>								
ТТК	Огурчик пикантный	20/2	0,16	0,00	1,98	1,49	0,69	20,74
№325 (1996)	Котлеты рыбные любительские с маслом растительным	90	2,60	1,39	3,66	0,09	11,92	86,76
№36 (2003)	Рис припущенный с овощами, растительным маслом	150	3,78	0,00	6,44	6,44	40,81	236,07
№685 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,49	0,00	0,16	0,16	10,15	48,06
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
<b>Итого за 'Завтрак '</b>			<b>9,57</b>	<b>1,39</b>	<b>12,52</b>	<b>8,47</b>	<b>85,82</b>	<b>485,27</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0,00	19,75	0,00	83,75	587,50
Отклонение			-9,68	1,39	-7,23	8,47	2,07	-102,23
Содержание, % от калорийности			8,00		24,00		68,00	