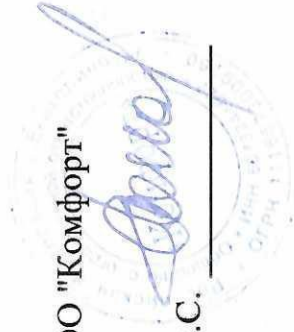


Утверждаю



Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С.С.

Согласовано



Директор МАОУ Гимназия №161

Белоцерковская А. Р.

Примерное меню обедов (2 смена) на 10 дней для общеобразовательных учреждений
города Екатеринбург (все районы города) в 2025-2026 году

(возрастная группа с 12 лет и старше)

Период действия меню: с 01.01.2026-31.05.2026

[illegible]

Обед																	
7/35	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	1,74	0,00	8,91	6,00	11,09	131,52	44,98	20,62	0,65	0,70	0,00	1800,00	2,56	0,05	38,02
6/65	Суп-пюре из разных овощей с гречками	250	4,11	1,03	4,77	0,37	59,23	143,13	72,26	26,82	81,75	1,01	27,06	0,47	2,73	0,05	8,01
8/26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	250	14,07	11,68	19,80	2,12	20,00	351,00	13,04	22,55	131,51	1,79	0,00	0,00	1,73	0,30	0,11
11/5	Напиток из черноплодой рябины	200	0,18	0,00	0,07	0,07	21,67	83,45	14,55	3,88	3,79	0,76	0,00	196,08	0,91	0,01	9,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,68	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	0,40	0,50	0,10	0,00
Итого за 'Обед'		900	26,70	12,71	34,75	9,76	153,69	902,47	179,83	120,87	375,70	8,16	27,06	1997,45	9,13	0,60	55,94
Итого за день			26,70	12,71	34,75	9,76	153,69	902,47	179,83	120,87	375,70	8,16	27,06	1997,45	9,13	0,60	55,94
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,60	70,00
Выполнение, %			29,67	0,00	37,77	0,00	40,13	33,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	221,94	0,00	37,50	79,91
Содержание, % от калорийности			17,00		24,00		59,00										
Соотношение Б:Ж:У			1,6:1:5,7														
Соотношение Са:Р			1:2:2														

Пятница, первая неделя

[illegible]

Понедельник, вторая неделя

[illegible]

[illegible][illegible]

Соотношение Б:Ж:У	1:1,2:4,1
Соотношение Са:Р	1:4,4

Обе

Соотношение Б:Ж:У
Соотношение Са:Р

Обед

Содержание, % от калорийности