

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
20 октября 2025							
2 неделя							
1 - й день ЗАВТРАК							
10,90	11,56	18,36	141,30	302	Каша молочная манная со сливочным маслом(200/10)	210	34,89
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	50	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	TTK	Фрукт свежий	200	31,92
1 - й день ОБЕД							
1,80	2,34	3,78	43,20	TTK	Горошек зеленый припущеный	60	10,09
2,40	3,60	16,08	108,00	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной(200/10)	210	24,60
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстрогонов	90	58,62
5,10	9,45	34,20	244,50	516	Макаронные изделия отварные	150	14,53
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	13,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
1 - й день ЗАВТРАК							
11,52	12,63	30,69	186,40	302	Каша молочная манная со сливочным маслом (220/10)	230	36,14
5,68	7,84	0,00	149,60	96	Масло сливочное	20	12,74
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	TTK	Фрукт свежий	100	31,92
1 - й день ОБЕД							
3,00	3,90	6,30	72,00	TTK	Горошек зеленый припущеный	100	11,40
4,10	5,43	17,65	174,07	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (250/10)	260	25,20
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстрогонов	100	67,82
6,12	11,34	41,04	293,40	516	Макаронные изделия отварные	180	18,60
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	13,48
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстрогонов	90	58,62
5,10	9,45	34,20	244,50	516	Макаронные изделия отварные	150	14,53
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	13,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстрогонов	100	67,82
6,12	11,34	41,04	293,40	516	Макаронные изделия отварные	180	18,60
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	30	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	13,48

Заведующий производством

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
21 октября 2025 г.							
					2 - й день ЗАВТРАК		79,81
12,90	13,40	19,80	248,00	362	Каша молочная яичневая со сливочным маслом(200/10)	210	32,25
1,20	3,10	21,00	118,00	TTK	Пирог "Тигренок"	50	25,32
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	7,00
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Кофейный напиток с молоком	200	15,24
					2 - й день ОБЕД		130,10
0,78	1,80	4,38	53,40	612	Маринад овощной	60	8,99
3,12	3,44	23,01	94,40	111	Борщ "Сибирский" со сметаной (200/10)	210	25,70
13,51	11,50	16,60	128,60	437	Гуляш	90	57,54
8,70	7,80	42,60	279,00	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,53
0,00	0,00	15,99	64,00	TTK66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
					2 - й день ЗАВТРАК		93,8
3,12	4,44	0,00	60,60	97	Сыр твердый	15	12,11
7,06	9,20	13,01	199,30	302	Каша молочная яичневая со сливочным маслом(200/10)	210	32,25
3,90	4,60	28,10	155,00	TTK	Пирог "Тигренок"	75	27,20
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	7,00
6,20	2,70	15,90	79,00	692	Кофейный напиток с молоком	200	15,24
					2 - й день ОБЕД		145,28
1,30	3,00	7,30	89,00	612	Маринад овощной	100	10,33
3,90	4,30	28,78	108,01	111	Борщ "Сибирский" со сметаной (250/10)	260	26,27
15,14	13,40	17,33	182,55	437	Гуляш	100	65,67
10,44	9,36	51,12	334,80	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,75
0,00	0,00	15,99	64,00	TTK66	Напиток витаминный из шиповника	200	15,48
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
13,51	11,50	16,60	128,60	437	Гуляш	90	57,54
8,70	7,80	42,60	279,00	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,53
0,00	0,00	15,99	64,00	TTK66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
15,14	13,40	17,33	182,55	437	Гуляш	100	65,67
10,44	9,36	51,12	334,80	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,75
0,00	0,00	15,99	64,00	TTK66	Напиток витаминный из шиповника	200	15,48
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	30	3,84

Заведующий производством

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
22 октября 2025 г.							
3- й день ЗАВТРАК							
12,90	13,40	19,80	248,00	362	Пудинг творожно-манний со сгущенным молоком(170/30)	200	45,61
					Молоко сгущенное	30	6,09
1,20	3,10	21,00	118,00	TTK	Печенье	40	12,11
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
3 - й день ОБЕД							
17,17	17,99	47,20	353,10	TTK	Огурец свежий	60	12,52
1,20	3,10	21,00	118,00	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной(200/10)	210	22,17
3,75	1,50	26,00	125,00	419	Котлета из куры	90	48,27
0,30	0,00	15,20	60,00	520	Картофельное пюре	150	21,99
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
0,20	0,00	15,10	60,00	TTK81	Напиток витаминный "Витошка"	200	16,37
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
3 - й день ЗАВТРАК							
8,74	11,69	33,60	289,80	362	Пудинг творожно-манний со сгущенным молоком(200/50)	250	55,54
					Молоко сгущенное	50	10,15
5,11	5,43	28,32	183,12	TTK	Печенье	40	12,11
6,20	4,70	8,90	79,00	TTK	Батон нарезной	50	6,00
3,75	1,50	26,00	125,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
3 - й день ОБЕД							
0,80	0,00	2,50	2,60	TTK	Огурец свежий	100	13,40
2,30	7,55	20,23	180,96	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной(250/10)	260	23,20
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из куры	100	54,91
3,78	8,10	26,28	204,37	520	Картофельное пюре	180	28,62
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
0,20	0,00	15,00	60,00	TTK81	Напиток витаминный "Витошка"	200	16,37
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
3,75	1,50	26,00	125,00	419	Котлета из куры	90	48,27
0,30	0,00	15,20	60,00	520	Картофельное пюре	150	21,99
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
0,20	0,00	15,10	60,00	TTK81	Напиток витаминный "Витошка"	200	16,37
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из куры	100	54,91
3,78	8,10	26,28	204,37	520	Картофельное пюре	180	28,62
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	30	3,84
0,20	0,00	15,00	60,00	TTK81	Напиток витаминный "Витошка"	200	16,37
Заведующий производством							

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
23 октября 2025 г.							
4 - й день ЗАВТРАК							
14,10	16,30	27,90	221,00	334	Макароны отварные с яйцом с сыром	150	37,07
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	TTK	Фрукт свежий	100	29,74
4 - й день ОБЕД							
0,66	0,00	2,28	12,00	TTK	Помидор свежий	60	11,39
3,20	4,88	17,12	126,40	171	Суп пюре из картофеля с гренками(200/10)	210	23,30
13,77	12,80	5,18	123,50	493	Курица, тушеная в соусе(90/20)	110	53,85
3,90	6,00	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущеный с куркумой	150	20,52
0,00	0,00	30,60	118,00	648	Кисель плодово-ягодный	200	12,26
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
4 - й день ЗАВТРАК							
15,40	17,10	32,30	294,66	334	Макароны отварные с яйцом и сыром	200	43,69
1,56	4,55	0,07	70,90	96	Масло сливочное	10	7,37
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	TTK	Фрукт свежий	100	29,74
4 - й день ОБЕД							
1,10	0,00	3,80	20,00	TTK	Помидор свежий	100	12,73
4,00	8,10	21,40	158,00	171	Суп пюре из картофеля с гренками(200/10)	260	23,87
17,30	17,22	5,75	133,22	493	Курица, тушеная в соусе(100/20)	120	63,70
4,78	6,66	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущеный с куркумой	180	23,94
0,00	0,00	30,60	118,00	648	Кисель плодово-ягодный	200	12,26
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
13,77	12,80	5,18	123,50	493	Курица, тушеная в соусе(90/20)	110	53,85
3,90	6,00	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущеный с куркумой	150	20,52
0,00	0,00	30,60	118,00	648	Кисель плодово-ягодный	200	12,26
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
17,30	17,22	5,75	133,22	493	Курица, тушеная в соусе(100/20)	120	63,70
4,78	6,66	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущеный с куркумой	180	23,94
0,00	0,00	30,60	118,00	648	Кисель плодово-ягодный	200	12,26
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84

Заведующий производством _____

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
24 октября 2025 г.							
5 - й день ЗАВТРАК							
12,00	14,05	22,85	204,50	340	Омлет натуральный с маслом(150/10)	160	31,69
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	6,00
3,62	4,12	14,25	127,50	TTK	Йогурт молочный	125	35,12
5 - й день ОБЕД							
1,08	2,28	6,54	51,00	TTK	Свекла отварная	60	7,59
2,08	6,24	11,44	92,80	235	Суп лапша с курой (200/10)	210	34,69
17,60	17,60	34,30	380,10	631	Жаркое по-домашнему	180	65,56
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушених	200	13,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
5 - й день ЗАВТРАК							
14,56	16,74	33,51	338,11	340	Омлет натуральный со сливочным маслом (175/10)	185	45,68
3,62	4,12	14,25	127,50	TTK	Йогурт молочный	125	35,12
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	6,00
3,75	1,50	26,00	125,00	TTK	Батон нарезной	50	7,00
5 - й день ОБЕД							
1,30	3,00	7,30	89,00	TTK	Свекла отварная	100	8,31
6,60	9,17	36,10	212,04	235	Суп лапша с курой (250/10)	260	36,60
18,76	20,06	35,79	390,10	631	Жаркое по-домашнему	200	78,11
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушених	200	13,48
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
1,08	2,28	6,54	51,00	TTK	Свекла отварная	60	7,59
17,60	17,60	34,30	380,10	631	Жаркое по-домашнему	180	65,56
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
1,30	3,00	7,30	89,00	TTK	Свекла отварная	100	8,31
18,76	20,06	35,79	390,10	631	Жаркое по-домашнему	200	78,11
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушених	200	13,48
2,81	0,35	17,21	122,40	TTK	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	TTK	Хлеб чусовской	20	3,84

Заведующий производством