

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
08 декабря 2025 г. 1 неделя							
1 - ый день ЗАВТРАК							
							79,81
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	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	ТТК	Фрукт свежий	100	29,74
1 - ый день ОБЕД							
							130,10
1,80	2,34	3,78	43,20	ТТК	Горошек зеленый припущенный	60	10,09
1,60	4,16	10,48	84,80	110	Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной(200/10)	210	24,60
13,51	11,50	16,60	128,60	437	Гуляш	90	57,54
3,90	9,10	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	150	19,09
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
1 - ый день ЗАВТРАК							
							93,80
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	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	ТТК	Фрукт свежий	100	29,74
1 - ый день ОБЕД							
							145,28
3,00	3,90	6,30	72,00	ТТК	Горошек зеленый припущенный	100	10,33
4,00	4,20	23,10	106,00	110	Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной (250/10)	260	26,27
15,14	13,40	17,33	182,55	437	Гуляш	100	66,74
4,78	10,60	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	180	23,16
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
							95,41
13,51	11,50	16,60	128,60	437	Гуляш	90	57,54
3,90	9,10	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	150	19,09
3,73	0,48	22,96	163,20	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
							108,68
15,14	13,40	17,33	182,55	437	Гуляш	100	66,74
4,78	10,60	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	180	23,16
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	30	3,84
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заведующий производством _____							

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
9 декабря 2025 г. 1 неделя							
2-ый день ЗАВТРАК 79,81							
5,06	9,21	22,28	223,85	ТТК35	Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	210	32,15
4,26	4,53	23,60	152,60	ТТК №Ф-2	Манник "Солнышко" с творогом и куркумой	50	25,42
6,20	4,70	8,90	79,00	692	Кофейный напиток с молоком	200	15,24
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	7,00
2-ый день ОБЕД 130,10							
1,08	2,28	6,54	51,00	ТТК	Свекла отварная	60	9,70
4,60	5,92	6,44	88,00	142	Суп картофельный с рыбой	200	24,99
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстроганов	90	57,62
8,70	7,80	42,60	279,00	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,53
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
2-ый день ЗАВТРАК 93,80							
8,74	11,69	33,60	289,80	ТТК35	Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	250	35,39
5,11	5,43	28,32	183,12	ТТК №Ф-2	Манник "Солнышко" с творогом и куркумой	60	36,17
6,20	4,70	8,90	79,00	692	Кофейный напиток с молоком	200	15,24
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	7,00
2-ый день ОБЕД 145,28							
1,30	3,00	7,30	89,00	ТТК	Свекла отварная	100	10,29
7,10	7,40	8,05	110,00	142	Суп картофельный с рыбой	250	26,31
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстроганов	100	68,67
10,44	9,36	51,12	334,80	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	16,75
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстроганов	90	57,62
8,70	7,80	42,60	279,00	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,53
3,73	0,48	22,96	163,20	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстроганов	100	68,67
10,44	9,36	51,12	334,80	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	16,75
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	30	3,84
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48

Заведующий производством _____

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
10 декабря 2025 г. 1 неделя							
3 - ый день ЗАВТРАК 79,81							
12,90	13,40	19,80	248,00	362	Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком(170/30)	200	45,61
					Молоко сгущенное	30	6,09
1,20	3,10	21,00	118,00	ТТК	Печенье	40	12,11
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	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 - ый день ОБЕД 130,10							
1,80	2,34	3,78	43,20	ТТК	Кукуруза консервированная припущенная	60	11,30
4,96	4,48	17,84	133,60	139	Суп картофельный с бобовыми	200	23,39
13,50	10,71	9,29	169,71	419	Котлета из кури	90	47,50
3,15	6,75	21,90	163,50	520/534	Сложный гарнир	150	22,50
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,20	0,00	20,01	132,00	632	Напиток из свежих фруктов	200	16,63
Заречный ШУ 5-11 кл комплекс 239,08 руб							
3 - ый день ЗАВТРАК 93,80							
17,17	17,99	47,20	353,10	362	Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком(200/50)	200	55,54
					Молоко сгущенное	50	10,15
1,20	3,10	21,00	118,00	ТТК	Печенье	40	12,11
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	15,02	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
3 - ый день ОБЕД 145,28							
3,00	3,90	6,30	72,00	ТТК	Кукуруза консервированная припущенная	100	11,50
5,80	6,50	27,00	133,60	139	Суп картофельный с бобовыми	250	25,10
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из кури	100	56,31
3,68	7,90	25,26	189,60	520/534	Сложный гарнир	180	26,96
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,20	0,00	20,01	132,00	632	Напиток из свежих фруктов	200	16,63
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб 95,41							
13,50	10,71	9,29	169,71	419	Котлета из кури	90	47,50
3,15	6,75	21,90	163,50	520/534	Сложный гарнир	150	22,50
3,73	0,48	22,96	163,20	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,20	0,00	20,01	132,00	632	Напиток из свежих фруктов	200	16,63
Заречный ШУ 5-11 кл комплекс 108,68 руб 108,68							
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из кури	100	56,31
3,68	7,90	25,26	189,60	520/534	Сложный гарнир	180	26,96
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	30	3,84
0,20	0,00	20,01	132,00	632	Напиток из свежих фруктов	200	16,63
Заведующий производством _____							

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
11 декабря 2025 г. 1 неделя							
4 - ый день ЗАВТРАК							
							79,81
12,00	14,05	22,85	204,50	340	Омлет натуральный с маслом(150/10)	160	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	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
3,62	4,12	14,25	127,50	ТТК	Йогурт молочный	125	29,74
4 - ый день ОБЕД							
							130,10
0,54	2,28	2,34	40,02	45	Капуста квашеная с маслом растительным	60	9,05
3,98	7,69	15,36	94,40	168	Суп пюре из разных овощей с гречками(200/10)	210	34,69
18,00	18,10	37,10	340,00	443	Плов	180	65,02
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
4 - ый день ЗАВТРАК							
							93,80
14,56	16,74	33,51	338,11	340	Омлет натуральный с маслом(175/10)	185	51,06
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
3,62	4,12	14,25	127,50	ТТК	Йогурт молочный	125	29,74
4 - ый день ОБЕД							
							145,28
0,78	3,80	4,20	66,66	45	Капуста квашеная с маслом растительным	100	17,31
8,33	13,41	37,50	182,03	168	Суп пюре из разных овощей с гречками(250/10)	260	36,60
18,60	18,80	37,60	350,00	443	Плов	200	70,03
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
0,00	0,00	30,60	118,00	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
							95,41
0,54	2,28	2,34	40,02	45	Капуста квашеная с маслом растительным	60	9,05
18,00	18,10	37,10	340,00	443	Плов	180	65,02
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
3,73	0,48	22,96	163,20	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
							108,68
0,78	3,80	4,20	66,66	45	Капуста квашеная с маслом растительным	100	17,31
18,60	18,80	37,60	350,00	443	Плов	200	70,03
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
0,00	0,00	30,60	118,00	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84

Заведующий производством _____

Согласовано:
Директор



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
12 декабря 2025 г. 1 неделя							
5 - ый день ЗАВТРАК							
							79,81
1,61	7,20	31,80	220,00	302	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом (200/10)	210	31,86
5,20	7,50	7,30	122,00	3	Бутерброд с сыром (25/15)	40	30,52
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
8,60	3,60	15,30	107,00	685/1	Чай "Детский" с молоком	200	11,43
5 - ый день ОБЕД							
							130,10
0,78	1,80	4,38	53,40	612	Маринад овощной	60	11,04
4,32	8,10	26,80	126,30	140	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	23,65
13,75	8,59	10,04	180,80	374	Рыба тушеная в соусе (90/20)	110	59,16
3,15	6,75	21,90	163,50	520	Картофельное пюре	150	12,99
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
5 - ый день ЗАВТРАК							
							93,80
3,96	8,10	39,27	279,90	302	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом (250/10)	260	37,85
6,68	9,64	9,38	156,85	3	Бутерброд с сыром (30/15)	45	38,52
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
8,60	3,60	15,30	107,00	685/1	Чай "Детский" с молоком	200	11,43
5 - ый день ОБЕД							
							145,28
0,78	1,80	4,38	53,40	612	Маринад овощной	100	11,98
4,32	8,10	26,80	126,30	140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	24,62
13,75	8,59	10,04	180,80	374	Рыба тушеная в соусе (100/20)	120	67,81
3,15	6,75	21,90	163,50	520	Картофельное пюре	180	17,61
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
13,75	8,59	10,04	180,80	374	Рыба тушеная в соусе (90/20)	110	59,16
3,15	6,75	21,90	163,50	520	Картофельное пюре	150	12,99
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
13,75	8,59	10,04	180,80	374	Рыба тушеная в соусе (100/20)	120	67,81
3,15	6,75	21,90	163,50	520	Картофельное пюре	180	17,61
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48

Заведующий производством _____