

Утверждено: Директор ООО "ГлобусРесурс"
М.В.Корниченко

Согласовано: Директор МАОУ СОШ
№215 "Созвездие" Кудрявцева Е.В.

Применено: Модельное меню с 01.09.2026 "Завтрак" для детей 12 лет и старше 1 смена
2026-2027 учеб. года (родительская оплата 176руб 94 коп)

Номер реп.	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход г	Белки, всего	Жиры, всего	Угле- воды	Эн- джкал
Неделя 1 день 1						
Завтрак						
тгк 456	Каша "Царская" с мясом	250	15,25	18,71	50,00	408,79
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		19,03	19,59	93,59	599,59
Неделя 1 день 2						
Завтрак						
45/2004	Помидор	100	1,06	0,8	4,8	30,83
401/1994	Гуляш из мяса	100	11,29	15,57	17,74	261,17
472/1994	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	26,49	159,10
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,735
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28
	Итого за 'Завтрак'		20,74	24,23	90,90	675,41
Неделя 1 день 3						
Завтрак						
тгк 466	Чиполлетти из мяса Пикантные	100	10,54	14,63	11,06	220,62
276/1994	Паста "Ригате" с сыром	180	8,01	5,61	35,11	223,05
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Батончик мюсли	25	1,25	1,24	13,51	71,47
	Итого за 'Завтрак'		23,18	21,96	91,67	657,26
Неделя 1 день 4						
Завтрак						
тгк 452	Фрикассе из курицы	100	13,82	14,87	8,92	218,81
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	150/30	4,59	6,07	46,61	219,85
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
	Йогурт	125	3,13	1,88	15,54	118,12
	Итого за 'Завтрак'		23,27	23,00	92,63	650,55
Неделя 1 день 5						
Завтрак						
тгк 539	Мясо в сметанном соусе	100	12,13	14,72	7,6	244,99
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,19	4,84	32,64	174,58
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
тгк 398	Кисель с витаминами Витопшк	200	0	0	19,68	70,00
	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28
	Итого за 'Завтрак'		20,69	22,18	82,77	633,82
Неделя 2 день 1						
Завтрак						
3/2004	Бутерброд с сыром	20/10	1,55	0,86	5,73	20,35
тгк 535	Мясное соте (мясо с овощами)	100	10,86	10,69	12,12	221,17

466/1994	Рис припущенный	180	6,54	7,32	32,19	247,65
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Батончик мюсли	25	1,25	1,24	13,51	71,47
	Итого за 'Завтрак'		21,97	20,43	83,81	647,64
	<u>Неделя 2 день 2</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
6/8	Рагу из мяса с овощами	250	17,75	19,05	43,79	442,74
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68
ттк 562	Блины классические со сгущенным молоком	60/10	3,02	3,2	5,44	105,66
	Итого за 'Завтрак'		23,82	22,67	79,13	680,85
	<u>Неделя 2 день 3</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
245/2	Помидор "Пикантный"	50	0,38	0,19	1,63	10,76
403/1994	Плов из мяса с куркумой	250	17,5	14,64	40,89	331,56
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
	Выпечка	50	1,72	3,46	11,13	125,54
ттк 540	Напиток из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
	Итого за 'Завтрак'		22,3	18,52	90,96	623,22
	<u>Неделя 2 день 4</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
ттк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
276/1994	Паста "Триколлини" с сыром	180	6,01	5,61	35,11	223,05
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
	Батон с отрубями	25	2,25	0,75	13,45	66,90
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		22,07	21,50	87,86	618,44
	<u>Неделя 2 день 5</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
45/2004	Помидор	100	1,06	0,8	4,8	30,83
ттк 230/2	Тефтели "Ежики"	100	14,48	13,27	12,12	188,03
472/1994	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая	150/30	4,15	9,61	29,43	176,79
ттк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Итого за 'Завтрак'		23,65	24,21	92,15	593,07
	Итого за (10 дней)		220,7	218,29	885,47	6379,86
	Итого за (1 день)		22,07	21,83	88,55	637,99