

Утверждаю

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С.С.



Согласовано

Директора МАОУ СОШ № 181

Корнильцева М.С.



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

(возрастная группа с 12 лет и старше)

Период действия меню: с 05.11.2025-31.05.2026

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ обедов для детей от 12 лет и старше

[illegible]

Вторник, первая неделя
Обед

Вторник, первая неделя																	
Обед																	
7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	1,31	0,00	4,00	4,00	7,64	69,94	41,22	13,53	24,63	0,48	10,29	13,77	2,75	0,01	24,15
6/63	Суп с макаронными изделиями	250	11,00	3,89	10,64	3,83	58,00	191,44	27,15	16,77	62,63	1,09	28,46	2,73	0,05	0,07	0,99
9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с кукумой	250	17,40	19,36	18,56	9,83	65,20	430,23	15,70	1,46	234,47	1,76	42,24	356,28	4,80	0,20	10,90
11/52	Компот из кураги	200	0,14	0,00	0,10	0,10	21,64	83,96	5,43	1,33	2,98	0,14	0,00	1,60	0,20	0,00	1,20
-	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	36,45	23,25	34,50	18,96	194,18	968,94	124,50	80,09	482,71	7,37	80,99	375,28	9,00	0,47	37,24
Итого за день			36,45	23,25	34,50	18,96	194,18	968,94	124,50	80,09	482,71	7,37	80,99	375,28	9,00	0,47	37,24
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, %			40,50	0,00	37,50	0,00	50,70	35,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	41,70	0,00	29,38	53,20
Содержание, % от калорийности			12,00		49,00		40,00										
Соотношение Б:Ж:У			1:1,8:3,4														
Соотношение Са:Р			1:3,3														

Обед

Четверг, первая неделя

Обед

[illegible]

Обед

Понедельник, вторая неделя

Обед

[illegible]

Обед

Среда, вторая неделя

Обед

[illegible]

Обед

Пятница, вторая неделя

Обед

[illegible]