



Е.А.Широканова

на 23 сентября 2026 г.						Выход, г		Цена, руб.	
Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд				
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р									
1,94	4,20	9,60	129,20	1030,2	Рассольник ленинградский со сметаной	200		20,70	
13,14	8,47	3,60	235,30	1024,13	Курица в сливочно-сырном соусе	100		89,39	
4,03	4,12	25,50	171,00	1032	Каша гречневая вязкая.	150		12,75	
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200		6,21	
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный.	30		3,03	
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной.	30		2,92	
24,10	18,99	75,46	745,86					135,00	
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р									
1,79	3,11	23,75	50,10	819,02	Горошек зеленый отварной	60		17,03	
12,57	23,82	30,86	284,50	1025,05	Жаркое по-домашнему из свинины	200		86,95	
0	0	10,97	59,90	14539,27	Чай с сахаром	200		3,07	
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30		3,03	
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30		2,92	
19,35	29,13	91,16	544,86					113,00	
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р									
2,98	5,19	39,58	83,40	819,02	Горошек зеленый отварной	100		28,38	
13,83	26,20	33,95	312,95	1025,05	Жаркое по-домашнему из свинины	220		100,52	
0	0	10,97	59,90	14539,27	Чай с сахаром	200		3,07	
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30		3,03	
4,05	7,20	12,73	210,05	1030,2	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом	250		67,06	
13,14	8,47	3,60	235,30	1024,13	Курица в сливочно-сырном соусе	100		89,39	
4,84	4,95	30,60	205,20	1032	Каша гречневая вязкая.	180		15,30	
0,68	0,00	27,62	91,60	705	Напиток из плодов шиповника	200		10,29	
3,25	1,33	17,84	96,80	897	Хлеб пшеничный	40		4,04	
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30		2,92	
47,76	55,54	202,47	1 445,56					324,00	
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р									
3,24	5,76	10,18	168,04	1030,2	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом	200		39,62	
13,14	8,47	3,60	235,30	1024,13	Курица в сливочно-сырном соусе	100		89,39	
4,03	4,12	25,50	171,00	1032	Каша гречневая вязкая.	150		12,75	
0,68	0,00	27,62	91,60	705	Напиток из плодов шиповника	200		10,29	
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30		3,03	
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30		2,92	
26,08	20,55	92,48	816,30					158,00	

Технолог: