

Утверждено директором

10.11.2025



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1		3	4	5	6		7
Завтрак							
1.02	Масло порционно	10/30	2,3	9,2	15,3		173,4
98.05	Каша молочная гречневая с маслом (молоко, греча, масло слив, сахар)	150	6,4	6,8	29,1		202,9
692.07	Чай с сахаром	180	2,5	1,9	18,9		92,5
Итого за Завтрак			11,2	17,9	63,3		468,8
2-й завтрак							
187.03	Сок фруктовый	100	0,5		9,1		38
Итого за 2-й завтрак			0,5		9,1		38
Обед							
20.18	Салат из свеклы с сыром (свекла, масло раст. сыр)	50	3,9	8	6		111,8
46.2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста, морковь, лук, сметана, картофель)	180	1,3	3,2	6		58,5
171.19	Филе кури отварное (нарезка кубик) (ф кури, соль, масло раст)	70	10,5	3,6	0,2		65
68.66	Рис припущенный (рис, масло раст, соль)	130	7,4	7	35,8		241
211.14	Напиток из кураги	180	0,4		19,7		76,4
299.07	Хлеб безглютеновый	50	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Обед			27,3	22,3	92,5		674,2
Полдник							
672.05	Омлет с картофелем (яйцо, картофель, соль, молоко)	80	6,7	10,7	7,4		154,4
197.11	Чай с сахаром	180	0,2		12,8		47,8
299.07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Полдник			8,8	10,9	32,4		261,7
Итого за День			47,8	51,1	197,3		1442,7

Утверждаю директор

11.11.2025



№ реп.	Прем. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1		3	4	5	6		7
Завтрак							
1,02	Масло порционно	10/30	2,3	9,2	15,3		173,4
257,7	Каша молочная пшенная с маслом (пшено, молоко, соль, масло слив)	150	5,8	6,7	31,2		210,5
197,13	Чай с лимоном и сахаром	180	0,2	0,1	12,8		48,4
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Завтрак							
			8,3	16	59,3		432,3
2-й завтрак							
351,03	Фрукт(яблоко, мандарин, апельсин, груша)	100	0,4	0,4	9,8		90
Итого за 2-й завтрак							
			0,4	0,4	9,8		90
Обед							
18,45	Салат из свежих помидоров и огурцов (огурцы, помидоры, соль, масло раст)	60	0,5	8,5	2,2		87,3
49,22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, масло слив)	180	1,3	3,9	7,6		70,9
886,12	Рыба отварная (рыба, соль, масло слив)	70	7	5,1	6,8		99,7
472,99	Картофельное пюре	130	2,8	3,9	18,6		123,3
211,15	(картофель, молоко, соль, масло слив)						
299,07	Напиток из сухофруктов	180	0,3		18,4		72,8
	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Обед							
			15,7	21,9	78,4		575,5
Полдник							
320,02	Кефир	180	9	5,8	7,4		153
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Полдник							
			12,8	6,2	31,7		272
Итого за день							
			37,2	44,5	179,2		1369,8

Утверждено директором ☐

12.11.2025



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1		3	4	5	6		7
Завтрак							
3,29	Сыр порционно	10/5/30	4,9	7,7	15,2		151,2
84,02	Суп молочный с рисом (молоко, рис, сахар, соль, масло слив)	150	4,6	5,8	19,6		148,3
197,11	Чай с сахаром	180	0,2		12,8		47,8
Итого за Завтрак							
			9,7	13,5	47,6		347,3
2-й завтрак							
187,04	Сок фруктовый	100	0,5		9,1		38
Итого за 2-й завтрак							
			0,5		9,1		38
Обед							
30,07	Винегрет овощной с зеленым горошком (картофель, свекла, морковь, соль, масло раст)	50	1	5,1	4,4		67,3
82,2	Суп из овощей (капуста, морковь, лук, картошка, сметана)	180	2,4	3	11,9		84,2
318,43	Тефтели из говядины и свинины (говядина, свинина, соль, молоко) без хлеба и панировок	70	8,4	13,4	8,7		190,2
150,67	Макаронные изделия отварные (макаронны, масло раст, соль) МАКАРОНЫ ПОКУПНЫЕ БЕЗГЛУТЕНА	130	4,3	3,9	27,9		165,8
213,06	Напиток из шиповника	180	0,6		19,9		79,2
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Обед							
			20,5	25,9	97,6		708,2
Полдник							
188,28	Запеканка творожная с рисом (творог, яйцо, сахар, соль, рис, масло слив) без манки	60	6,3	4,3	12,2		112,5
630,04	Чай с сахаром и молоком	180	0,9	0,9	14		63,4
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Полдник							
			12,4	7,5	48,7		306,1
Итого за День							
			43,1	46,9	203		1399,6

10

[illegible]

№ реп.	Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7
Завтрак						
1,02	Масло порционно	10/30	2,3	9,2	15,3	173,4
257,8	Каша молочная гречневая с маслом (греча,молоко,масло сл,сахар)	150	5,1	7,3	20,8	169,5
642,11	Чай с сахаром	180	3,8	3,9	25,8	149
Итого за Завтрак						
			11,2	20,4	61,9	491,9
2-й завтрак						
351,03	Фрукт (яблоко,мандарин,апельсин,груша)	100	0,4	0,4	9,8	90
Итого за 2-й завтрак						
			0,4	0,4	9,8	90
Обед						
18,57	Салат из моркови с яблоками (морковь,яблоко,сахар,масло слив)	50	0,3	5,1	7,7	76,6
71,34	Суп картофельный со сметаной	180	1,9	1,7	13,5	78,4
406,99	(картофель,лук,морковь,сметана, Рату из филе индейки	205	11,9	13,1	20,9	239,7
211,14	(картофель,капуста,морковь,индейка) без муки,					
50,00	Напиток из кураги	180	0,4		19,7	76,4
	Хлеб безглютеновый	50	3,8	1,5	25,3	131
Итого за Обед						
			18,3	20,4	86,6	592,6
Полдник						
89	Молоко кипяченое	150	4,2	4,8	7,1	87
50,00	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3	131
Итого за Полдник						
			8,8	8	56,1	327,7
Итого за день						
			38,7	49,2	214,4	1502,2

Утверждаю директор ☐

14.11.2025



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
3,29	Сыр порционно	10	4,9	7,7	15,2	40,6
3,29	Масло порционно	5	3,0	5,0	15,0	56,9
257,81	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом (рис, пшено, масло слив, молоко, сахар)	150	3,7	6,1	31,5	191,7
197,11	Чай с сахаром	180	0,2		12,8	47,8
Итого за Завтрак						
			8,8	13,8	59,5	390,7
2-й завтрак						
187,05	Сок фруктовый	100	0,5		9,1	38
Итого за 2-й завтрак						
			0,5		9,1	38
Обед						
122,07	Салат картофельный с зеленым горошком (картофель, зеленый горошек, масло раст. соль)	50	1,1	8,2	6,2	103,5
56,27	Расолыник домашний со сметаной (картофель, лук, морковь, капуста, огурец соленый)	180	1,6	4	10,4	86,1
92,08	Биточек "Диетический" из говядины и филе кури (говядина, ф. кури, масло слив, молоко) без муки и панировок	70	11,3	3	1,5	77,2
942	Каша гречневая вязкая (греча, вода, масло слив, соль)	130	3,7	6,6	17,5	146
625,03	Напиток "Здоровье" с ягодами	180	0,1	0,1	16,8	66,4
50,00	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3	131
Итого за Обед						
			21,6	22,4	77,2	600,7
Полдник						
150,67	Макаронные изделия отварные с сыром (макаронны, масло раст. сыр соль) МАКАРОНЫ ПОКУПНЫЕ БЕЗГЛУТЕНА	130	4,3	3,9	27,9	165,8
197,13	Чай с лимоном и сахаром	180	0,2	0,1	12,8	48,4
Итого за Полдник						
			10,6	8,8	51,3	326,2
Итого за День						
			41,5	45	197,1	1355,6

Утверждаю Директор

17.11.2025



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6		7
Завтрак							
1.02	Масло сливочное	10	2.3	9.2	15.3		173.4
257.12	Каша молочная рисовая с маслом (молоко,рис,масло слив)	150	1.9	5.7	36.7		197.5
642.11	Чай с сахаром.	180	3.8	3.9	25.8		149
299.07	Хлеб безглютеновый	30	3.8	1.5	25.3		131
Итого за Завтрак							
			8	18.8	77.8		519.9
2-й завтрак							
351.03	Фрукт(яблоко,мандарин,апельсин,груша)	100	0.4	0.4	9.8		90
Итого за 2-й завтрак							
			0.4	0.4	9.8		90
Обед							
770.01	Салат из огурцов свежих (огурец,помидор,соль,масло раст.)	50	0.4	8	1.6		80.1
49.22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (свекла,капуста,картофель,морковь,лук,масло слив сметана)	180	1.3	3.9	7.6		70.9
280.09	Индейка отварная (индейка,соль.)	70	10.4	8.6	3.8		134.1
230.07	Каша гречневая рассыпчатая (греча,масло раст,соль)	130	6.4	10.4	30.5		243.7
213.06	Напиток из шиповника	180	0.6		19.9		79.2
299.07	Хлеб безглютеновый	50	3.8	1.5	25.3		131
Итого за Обед							
			22.9	31.4	88.2		729.5
Полдник							
381.13	Макароны с сыром (макароны,масло раст,сыр) МАКАРОНЫ ПОКУПНЫЕ БЕЗГЛУТЕНА	80	8.5	8.5	26.3		218.3
197.11	Чай с сахаром.	180	0.2		12.8		47.8
Итого за Полдник							
			10.6	8.7	51.3		325.6
Итого за день							
			41.9	59.3	227.1		1665

Утверждаю директор

18.11.2025



№ ре- ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
3,29	Сыр порционнo	10	4,9	7,7	15,2	151,2	
257,7	Каша молочная гречневая (молоко, соль, греча, масло слив)	150	5,8	6,7	31,2	210,5	
197,13	Чай с лимонoм и сахарoм	180	0,2	0,1	12,8	48,4	
Итого за Завтрак							
			10,9	14,5	59,2	410,1	
2-й завтрак							
187,03	Сок фруктовый	100	0,5		9,1	38	
Итого за 2-й завтрак							
			0,5		9,1	38	
Обед							
117,11	Салат из свежкы (свекла, масло раст. соль)	50	0,5	1,8	4,6	37,8	
46,2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста, картофель, морковь, лук, сметана, соль)	180	1,3	3,2	6	58,5	
684,03	Запеканка пикантная из филе кури (ф. кури, яйцо, рис, молоко, соль)	70	11,5	4,7	1,9	94,8	
472,99	Картофельное пюре (картофель, соль, молоко)	130	2,8	3,9	18,6	123,3	
211,15	Напиток из сухофруктов	180	0,3		18,4	72,8	
299,07	Хлеб безглютеновый	50	3,8	1,5	25,3	131	
Итого за Обед							
			20,2	14,1	74,3	508,7	
Полдник							
320	Кефир	200	10	6,4	8,2	170	
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3	131	
Итого за Полдник							
			13,8	6,8	32,5	289	
Итого за День							
			45,4	35,4	175,1	1245,8	

Федерация, Свердловская область, Автономное учреждение культуры Свердловской области, Свердловский государственный академический театр оперы и балета

2

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7
Завтрак						
1,02	Яйцо отварное	40	2,3	9,2	15,3	173,4
161,06	Суп молочный с гречкой (молоко, греча, масло слив, сахар)	150	3,4	4,2	13,9	106,5
692,07	Чай с лимонном	180	2,5	1,9	18,9	92,5
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3	131
Итого за Завтрак						
2-й завтрак			8,2	15,3	48,1	372,4
351,03	Фрукт (яблоко, мандарин, апельсин, груша)	100	0,4	0,4	9,8	90
Итого за 2-й завтрак						
Обед						
24,13	Салат овощной (картофель, морковь отв, огурец конс)	50	0,8	8,1	5,3	98,3
62,18	Суп картофельный (картофель, лук, морковь, сметана, соль)	180	1,5	4,4	7,9	77,9
170,81	Плов из филе индейки (рис, индейка, морковь, лук,) без томатной пасты	205	14,3	19	44,4	399,9
211,14	Напиток из кураги	180	0,4		19,7	76,4
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3	131
Итого за Обед						
Полдник			20,8	32	102,1	774
188,28	Пудинг творожный с рисом (творог, яйцо, сахар, соль, рис, масло слив) без манки	60	6,3	4,3	12,2	112,5
197,11	Чай с сахаром.	180	0,2		12,8	47,8
299,07	Хлеб безглютеновый	15	3,8	1,5	25,3	131
Итого за Полдник						
Итого за день			37,8	52,2	197,2	1456,2

Утверждаю директор

20.11.2025

Пример пищи, наименование блюда

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6		7
Завтрак							
1.02	Масло сливочное	10/30	2,3	9,2	15,3		173,4
257,8	Каша молочная пшенная с маслом (пшено,молоко,сахар,соль,масло слив)	150	5,1	7,3	20,8		169,5
630,04	Чай с сахаром и молоком	180	0,9	0,9	14		63,4
Итого за Завтрак							
			8,3	17,4	50,1		406,3
2-й завтрак							
187,05	Сок фруктовый	100	0,5		9,1		38
Итого за 2-й завтрак							
			0,5		9,1		38
Обед							
18,57	Салат из моркови с яблоками (морковь,яблоко,сахар,масло раст)	50	0,3	5,1	7,7		76,6
71,34	Суп картофельный со сметаной (картофель, лук,морковь,сметана,)	180	1,9	1,7	13,5		78,4
308,37	Котлета "Ассорти"из филе кури,индейки и свинины куры,индейка,свинина,соль) без муки и панировок (ф	70	11,8	10,3	10,5		182,3
482,16	Капуста тушеная (капуста,морковь,лук,соль) без томатной пасты и муки	130	2,2	3,1	9,2		69,2
625,03	Напиток "Здоровье" с ягодами	180	0,1	0,1	16,8		66,4
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Обед							
			20,1	20,8	82,5		594,4
2-й завтрак							
187,05	Сок фруктовый	100	0,5		9,1		38
Итого за 2-й завтрак							
			0,5		9,1		38
Полдник							
672,05	Омлет с картофелем (яйцо,картофель,молоко, соль)	80	6,7	10,7	7,4		154,4
197,13	Чай с лимоном и сахаром	180	0,2	0,1	12,8		48,4
299,07	Хлеб безглютеновый	20	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Полдник							
			8,8	11	32,4		262,3
Итого за день							
			37,7	49,2	174,1		1301

Утверждаю директор _____

21.11.2025



№ реп.	Прим. пищ., наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1		3	4	5	6		7
Завтрак							
3,29	Сыр порционно	10	4,9	7,7	15,2		151,2
257,79	Каша молочная "Ассорти" (рис, греча) с маслом (греча,рис,молоко,соль,сахар)	150	3,9	6,1	30,8		189,7
197,11	Чай с сахаром	180	0,2		12,8		47,8
Итого за Завтрак			9	13,8	58,8		388,7
2-й завтрак							
351,03	Фрукт(яблоко,мандарин,апельсин,груша)	100	0,4	0,4	9,8		90
Итого за 2-й завтрак			0,4	0,4	9,8		90
Обед							
264,06	Олудец свежий	50	1	4,5	4,3		61
229,08	Суп из овощей со сметаной (капуста,картошка,лук морковь,сметана)	180	5,3	4	18,2		130,1
322,11	Печень отварная (печень,соль,масло раст)	70	10,5	9,8	1,9		138,3
150,67	Макаронные изделия отварные (макаронны,масло раст,соль) МАКАРОНЫ ПОКУПНЫЕ БЕЗГЛУТЕНА	130	4,3	3,9	27,9		165,8
213,06	Напиток из шиповника	180	0,6		19,9		79,2
299,07	Хлеб безглютеновый	50	3,8	1,5	25,3		131
Итого за Обед			25,5	22,7	97		695,9
Полдник							
389,06	Бутерброд с маслом, сыром (Хлеб безглютеновый)	15/10/30	5,1	9,2	37,2		279,1
89	Молоко кипяченое	150	4,2	4,8	7,1		87
Итого за Полдник			9,3	14	44,3		366,1
Итого за День			44,2	50,9	209,9		1540,7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968071

Владелец Евсеева Татьяна Владимировна

Действителен с 06.10.2025 по 06.10.2026