СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Общественное питание"
М.Л. Фомин
23.03.2026

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 5 - 11 классы ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	250	8,12	16,50	36,36	278,27	11/4
	Хлеб с сыром	70	8,54	5,06	26,45	184,55	3/13
	Чай	200	0,00	0,00	9,10	35	10/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**18,7**	**21,95**	**83,85**	**557,22**	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с огурцами и растительным маслом	100	1,50	6,83	9,67	106,67	31/1
	Борщ со сметаной	250	1,98	5,80	9,55	99,08	2/2
	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	12,64	13,16	16,58	232,17	5/9
	Макаронные изделия отварные	180	6,64	5,02	37,17	216,49	43/3
	Компот из яблок и изюма	200	0,30	0,00	18,50	71	2/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**26,79**	**31,27**	**114,4**	**833,21**	
День 2							
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	250	24,38	32,81	4,38	341,88	2/6
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
	Хлеб с маслом	70	4,53	8,93	28,85	201,96	1/13
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**32,45**	**43,73**	**55,51**	**665,24**	
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	100	1,66	7,09	8,50	103,53	18
	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,55	4,95	5,87	74,25	144
	Плов из мяса кур	200	19,12	17,44	32,96	368	4/9
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,40	0,00	29,00	122	516
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**27,46**	**29,94**	**99,26**	**775,58**	
День 3							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	6,63	6,37	34,38	222,5	5/4
	Хлеб с маслом и сыром	70	6,82	13,64	23,39	233,53	4/13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	13,40	89	13/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**18,49**	**23,3**	**83,11**	**604,43**	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	100	1,60	10,10	3,00	109	17
	Рассольник со сметаной	250	1,57	3,33	10,35	78,43	9/2
	Кнели рыбные паровые	100	13,95	14,30	9,50	243	3/7
	Картофельное пюре	180	3,73	5,04	24,71	162	3/3
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	17,30	65	15/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1

	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**24,78**	**33,33**	**87,79**	**765,23**	
День 4							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,12	7,50	39,00	257,5	15/4
	Хлеб с маслом	70	4,53	8,93	28,85	201,96	1/13
	Напиток лимонный	200	0,08	0,00	24,24	99,08	436
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**14,77**	**16,82**	**104,03**	**617,94**	
ОБЕД	Щи по-уральски (с крупой) (рец. №1)	250	2,50	4,50	8,25	82,5	99
	Котлеты "Пермские"	100	11,21	14,06	17,44	179,49	341
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,31	8,15	30,63	241,79	44/3
	Напиток лимонный	200	0,08	0,00	24,24	99,08	436
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
	Яблоки	100	0,27	0,27	6,52	31,25	3
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**28,1**	**27,44**	**110,01**	**741,91**	
День 5							
ЗАВТРАК	Пудинг из творога со сгущенкой	250	41,10	49,12	61,28	802,17	17/5
	Батон чайный	30	2,31	0,90	15,03	78,6	б/н
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
	Хлеб с маслом	70	4,53	8,93	28,85	201,96	1/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**49,44**	**60,55**	**115,5**	**1144,73**	
ОБЕД	Салат "Мишат"	100	1,67	8,33	6,33	108,33	34
	Суп-пюре гороховый	250	6,50	2,25	18,00	120	29/2
	Гренки (сухарики)	20	1,72	0,16	10,74	52,6	34/2
	Голубцы с мясом свинины и рисом (ленивые)	200	11,24	13,70	12,46	213,62	31/8
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**820**	**25,36**	**24,9**	**88,76**	**674,35**	
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	6,25	7,38	32,00	218,75	16/4
	Хлеб с сыром	70	8,54	5,06	26,45	184,55	3/13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	13,40	89	13/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**19,83**	**15,73**	**83,79**	**551,7**	
ОБЕД	Салат "Школьный"	100	1,50	7,50	6,67	100	31
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,95	6,27	15,28	146,58	18/2
	Кулеш с мясом из смеси круп	200	14,88	12,66	23,14	269,9	203
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	17,30	65	15/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**27,26**	**26,99**	**85,32**	**689,28**	
День 7							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	7,95	8,25	57,25	313,82	7/4
	Хлеб с сыром	70	8,54	5,06	26,45	184,55	3/13
	Какао с молоком	200	3,90	3,50	22,90	135	14/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**22,43**	**17,2**	**118,54**	**692,77**	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	100	1,67	6,67	10,33	106,67	4/1
	Суп картофельный с рыбой	250	9,00	5,12	16,25	148,75	19/2
	Курица в соусе томатном	100	12,87	17,01	10,13	245,18	405
	Макаронные изделия отварные	180	9,54	6,84	39,64	218,4	43/3
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	200	0,00	0,00	194,00	780	406

	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**36,81**	**36,1**	**293,28**	**1606,8**	
День 8							
ЗАВТРАК	Омлет с картофелем (запеченный)	250	15,94	12,19	20,31	256,25	4/6
	Хлеб с маслом	70	4,53	8,93	28,85	201,96	1/13
	Чай	200	0,00	0,00	9,10	35	10/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**22,51**	**21,51**	**70,2**	**552,61**	
ОБЕД	Икра кабачковая	100	2,00	9,00	8,60	122	3
	Борщ с морской капустой со сметаной	250	1,68	5,77	8,85	94,8	4/2
	Котлета "Здоровье"	100	18,25	19,25	27,98	289,9	99
	Картофельное пюре	180	3,73	5,04	24,71	162	3/3
	Напиток лимонный	200	0,08	0,00	24,24	99,08	436
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**29,47**	**39,52**	**117,31**	**875,58**	
День 9							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	7,90	7,48	41,88	267,65	14/4
	Хлеб с маслом	70	4,53	8,93	28,85	201,96	1/13
	Какао с молоком	200	3,90	3,50	22,90	135	14/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**18,37**	**20,3**	**105,57**	**664,01**	
ОБЕД	Салат "Пестрый"	100	1,00	4,50	10,67	86,67	32
	Суп "Волна" на курином бульоне	250	8,85	11,50	9,13	175,7	37/2
	Суфле из мяса кур паровое	100	16,14	19,06	8,40	260,39	8/9
	Рис отварной	180	4,45	4,09	44,51	236,39	45/3
	Компот из яблок с лимоном	200	0,30	0,20	25,10	103	528
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1430**	**52,83**	**67,86**	**224,98**	**1700,09**	
День 10							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с рисом	250	19,20	14,07	50,94	359,78	14/5
	Молоко сгущёное	30	2,10	2,37	2,85	40,5	10
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	9,20	36	11/10
	Хлеб с маслом	70	4,53	8,93	28,85	201,96	1/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**45,31**	**38,97**	**94,78**	**862,88**	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растительным маслом	100	1,83	8,50	12,33	135	34/1
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,38	5,00	19,87	147,5	17/2
	Плов из свинины	200	16,82	37,56	34,52	544	265
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**28,26**	**51,52**	**107,95**	**1006,3**	
День 11							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	250	8,12	7,50	39,00	257,5	11/4
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	13,40	89	13/10
	Хлеб с сыром	70	8,54	5,06	26,45	184,55	3/13
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**21,7**	**15,85**	**90,79**	**590,45**	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	100	1,60	10,10	3,00	109	17
	Суп-харчо	250	8,90	11,68	12,85	192,08	109
	Котлета "Дебют"	100	12,09	20,30	6,44	255,97	б/н
	Картофельное пюре	180	3,73	5,04	24,71	162	3/3
	Компот из яблок и изюма	200	0,30	0,00	18,50	71	2/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**30,35**	**47,58**	**88,43**	**897,85**	
День 12							

ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	250	4,38	5,25	17,75	135	22/2
	Хлеб с маслом и сыром	70	6,82	13,64	23,39	233,53	4/13
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**14,74**	**20,88**	**63,42**	**489,93**	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	100	1,83	6,83	12,17	120	27/1
	Рассольник с крупой и сметаной	250	6,40	10,33	13,83	174,52	11/2
	Азу	200	15,64	16,90	19,82	298,54	370
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	17,30	65	15/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**27,8**	**34,62**	**86,05**	**765,86**	
День 13							
ЗАВТРАК	Каша "Баярская" из пшена с изюмом и с маслом сливочным	250	9,13	12,00	36,62	290	13/4
	Чай	200	0,00	0,00	9,10	35	10/10
	Хлеб с сыром	70	8,54	5,06	26,45	184,55	3/13
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**19,71**	**17,45**	**84,11**	**568,95**	
ОБЕД	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,17	6,67	11,00	106,67	10/1
	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	9,52	13,27	12,53	208,43	31/2
	Тефтели из свинины с рисом - "ёжики"	100	9,06	15,09	14,47	165,94	350
	Макаронные изделия отварные	180	9,54	6,84	39,64	218,4	43/3
	Напиток лимонный	200	0,08	0,00	24,24	99,08	436
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**33,1**	**42,33**	**124,81**	**906,32**	
День 14							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	250	6,37	7,38	30,88	215	18/4
	Хлеб с маслом	70	4,53	8,93	28,85	201,96	1/13
	Какао с молоком	200	3,90	3,50	22,90	135	14/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**16,84**	**20,2**	**94,57**	**611,36**	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	1,67	6,67	9,83	105	5/1
	Суп-лапша на курином бульоне	250	6,95	8,48	13,42	155,95	20/2
	Жаркое по-домашнему из свинины	200	14,06	33,72	18,94	437,72	259
	Компот из яблок и изюма	200	0,30	0,00	18,50	71	2/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**26,71**	**49,33**	**83,62**	**877,47**	
День 15							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	7,90	7,48	41,88	267,65	14/4
	Хлеб с сыром	70	8,54	5,06	26,45	184,55	3/13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	13,40	89	13/10
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**550**	**21,48**	**15,83**	**93,67**	**600,6**	
ОБЕД	Суп фасолевый	250	9,90	10,97	12,73	190,8	32/2
	Гуляш из мяса отварного (свинина) (с маслом растительным)	100	13,63	26,93	3,75	312,12	299
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	180	3,76	3,06	26,75	146,68	10/4
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	9,20	36	11/10

	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
	Яблоки	100	0,27	0,27	6,52	31,25	3
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**31,39**	**41,69**	**81,88**	**824,65**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**21540**	**813,24**	**954,69**	**3135,29**	**23715,3**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1436**	**54,22**	**63,65**	**209,02**	**1581,02**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550829989

Владелец Березина Анна Николаевна

Действителен С 28.10.2025 по 28.10.2026