СОГЛАСОВАНО
Директор
_____ А.Н.Берсенев
_____

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	132,82	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	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ОБЕД		**890**	**26,81**	**31,38**	**114,48**	**870,98**	
День 2							
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	250	24,38	32,81	4,38	341,88	2/6
	Чай с молоком	200	0,10	0,00	9,20	36	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**	**31,05**	**42,13**	**54,37**	**639,24**	
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	122,75	144
	Плов из мяса кур	200	13,39	14,91	25,99	257,45	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 ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ОБЕД		**810**	**22,32**	**27,58**	**96,06**	**735,03**	
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	165,92	9/2
	Кнели рыбные паровые	100	13,95	14,30	9,50	243	3/7
	Картофельное пюре	180	3,73	5,04	31,26	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 ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ОБЕД		**890**	**25,37**	**33,5**	**98,11**	**874,22**	
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	170,32	99
	Котлеты "Пермские"	100	12,71	15,44	21,60	174,01	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 ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
	Яблоки	100	0,27	0,27	6,52	31,25	3
ИТОГО ЗА ОБЕД		**890**	**30,19**	**28,99**	**117,94**	**845,75**	
День 5							
ЗАВТРАК	Пудинг из творога со сгущенкой	250	13,89	22,88	36,27	343,53	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**	**22,23**	**34,31**	**90,49**	**686,09**	
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	245,28	31/8
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ОБЕД		**830**	**25,38**	**25,01**	**88,84**	**710,04**	
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	9,14	9,52	32,00	231,1	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**	**22,72**	**17,87**	**83,79**	**564,05**	
ОБЕД	Салат "Школьный"	100	1,50	7,50	6,67	100	31
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,95	6,27	15,28	209,98	18/2
	Кулеш с мясом из смеси круп	200	14,88	12,66	23,14	309,9	203
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	17,30	65	15/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**26,69**	**26,93**	**81,63**	**775,21**	
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	11,27	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	19,40	78	406
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ОБЕД		**890**	**36,83**	**36,21**	**119,9**	**908,83**	
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	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ОБЕД		**890**	**29,49**	**39,63**	**117,39**	**879,61**	
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	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**880**	**33,9**	**39,75**	**117,05**	**952,48**	
День 10							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с рисом	250	16,90	12,39	44,83	316,61	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	85	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	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**27,69**	**51,46**	**104,26**	**926,33**	
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	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**29,78**	**47,52**	**84,74**	**880,38**	
День 12							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	250	4,38	5,25	17,75	213,63	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**	**568,56**	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	100	1,83	6,83	12,17	120	27/1

	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	9,52	13,27	12,53	208,43	31/2
	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	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**30,35**	**37,5**	**81,06**	**782,3**	
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
	Рассольник с крупой и сметаной	250	6,40	10,33	13,83	299,52	11/2
	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	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**880**	**29,41**	**39,33**	**122,42**	**979,94**	
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	212,23	20/2
	Жаркое по-домашнему из свинины	200	13,52	15,69	37,47	324,18	259
	Компот из яблок и изюма	200	0,30	0,00	18,50	71	2/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб пшеничный 2 сорт	20	1,45	0,22	8,17	37,9	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**25,6**	**31,24**	**98,46**	**802,74**	
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	262,11	32/2
	Гуляш из мяса отварного (свинина) (с маслом растительным)	100	10,72	12,10	10,61	206,68	299
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	180	3,76	4,01	34,83	170,7	10/4
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	9,20	36	11/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,71	0,18	11,07	52,43	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
	Яблоки	100	0,27	0,27	6,52	31,25	3
ИТОГО ЗА ОБЕД		**890**	**28,5**	**27,92**	**96,9**	**818,57**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**21070**	**759,36**	**868,52**	**2854,53**	**22123,57**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1404,7**	**50,62**	**57,90**	**190,30**	**1474,90**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550829989

Владелец Березина Анна Николаевна

Действителен С 28.10.2025 по 28.10.2026