

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"
М.В.Коршенко

Согласовано: Директор
М.В.Коршенко № 102
М.В.Коршенко

Примерное 2-х недельное меню с 01.10.2025 "обед+ полдник" для детей ОВЗ 7-11 лет на I полугод. 2025-2026 уч год (дотация 271 руб.59 коп)

Но-мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	Неделя 1 день 1					
	Обед					
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	5,48	19,44	131,28
403/1994	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	14,8	16,51	36,71	353,25
тгк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Обед'		24,7	23,62	117,56	750,04
	Полдник					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник '		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		33,30	32,82	166,01	1069,12
	Неделя 1 день 2	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Обед					
245/1	Овощная поджарнировка (овощи "пикантные")	30	0,23	0,25	0,98	6,46
110/1994	Борщ с картофелем со сметаной	250/5	2,18	5,47	17,26	131,40
401/1994	Гуляш из мяса	100	11,29	15,57	17,74	261,17
472/1994	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59
тгк 263	Компот из ягод	200	0,16	0,04	12,2	47,69
	Батон с отрубями	50	4,5	1,5	26,9	133,83
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		23,45	26,86	109,66	771,14
	Полдник					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник '		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		32,05	36,06	158,11	1090,22
	Неделя 1 день 3	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Обед					
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	1,97	4,34	15,02	104,94
тгк 466	Чиполлетти из мяса Пикантные	100	10,54	14,63	11,06	220,62
276/1994	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88
тгк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,41	0,17	17,65	68,79
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Обед'		23,62	24,72	109,09	744,43

	<u>Полдник</u>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник'		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		32,22	33,92	157,54	1063,51
	<u>Неделя 1 день 4</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,59	7,07	7,58	61,96
ткк 408	Мясо птицы тушенное в томатном соусе	100	11,9	5,70	2,95	117,81
ткк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	150	3,49	4,25	36,8	199,93
638/1994	Компот из кураги	200	0,72	0,03	23,24	88,19
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
	Мучное изделие	50	4,41	6,45	24,59	173,58
	Итого за 'Обед'		24,81	24,4	111,3	721,76
	<u>Полдник</u>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник'		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		33,41	33,60	159,75	1040,84
	<u>Неделя 1 день 5</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
245/1	Овощная подгарнировка (овощи "пикантные")	40	0,42	0,36	1,92	12,33
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	1,96	18,88	101,91
ткк 414	Колбаска "Школьная с отрубями"	100	11,21	16,91	11,4	316,71
257/1994	Каша гречневая вязкая гарнирная	150	4,32	4,87	22,53	145,49
ткк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		23,19	25,36	102,33	785,46
	<u>Полдник</u>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник'		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		31,79	34,56	150,78	1104,54
	<u>Неделя 2 день 1</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	4,45	19,45	131,24
ткк456	Каша "Царская" с мясом	200	17,00	18,56	40,00	408,00
ткк 302	Компот из ягод "Ассорти"	200	0,19	0,07	11,58	45,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Обед'		25,98	24,04	109,21	758,75

	<u>Полдник</u>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник '		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		34,58	33,24	157,66	1077,83
	<u>Неделя 2 день 2</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
245/1	Овощная подгарнировка (овощи "пикантные")	40	0,31	0,33	1,3	8,61
110/1994	Борщ с картофелем со сметаной	250/5	2,18	5,47	17,26	131,40
6/8	Рагу из мяса с овощами	200	16,4	20,64	28,23	354,19
тгк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,41	0,17	27,43	105,96
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Итого за 'Обед'		23,26	27,14	101,07	726,87
	<u>Полдник</u>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник '		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		31,86	36,34	149,52	1045,95
	<u>Неделя 2 день 3</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
132/1994	Суп из овощей с зеленым горошком со сметаной	200/5	2,53	6,05	10,57	101,21
403/1994	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	14,8	16,51	36,71	353,25
тгк 289	Компот из кураги и изюма	200	1,02	0,06	23,18	87,60
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Мучное изделие	50	2,41	6,45	19,59	153,60
	Итого за 'Обед'		24,72	29,6	116,9	822,37
	<u>Полдник</u>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник '		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		33,32	38,80	165,35	1141,45
	<u>Неделя 2 день 4</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	1,97	4,34	15,02	104,94
тгк 529	Фрикадельки из мяса птицы	100	11,64	14,42	7,44	172,80
276/1994	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88
тгк 263	Компот из ягод	200	0,16	0,04	12,2	47,69
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукты	140	0,56	0,56	16,24	68,15
	Итого за 'Обед'		25,68	25,3	108,81	717,77
	<u>Полдник</u>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник '		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		34,28	34,50	157,26	1036,85

	<u>Неделя 2 день 5</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	200/10	4,91	3,89	27,05	143,30
401/1994	Гуляш из мяса	100	14,89	15,69	12,12	221,17
472/1994	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		27,59	24,51	108,84	706,07
	<u>Полдник</u>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	20,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Полдник '		8,60	9,20	48,45	319,08
	Итого		36,19	33,71	157,29	1025,15
	Итого за период (10 дней)		333,00	347,55	1579,27	10695,45
	Итого за (1 день)		33,30	34,76	157,93	1069,55