

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"

М.В.Коршенко

Согласовано: Директор МАОУ СОШ № 27

Ю.Л. Поляков

Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "завтрак + обед" для детей ОВЗ 7-11 лет на II полугод. 2025-2026 уч год ( дотация 373 руб/79 коп)

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки,	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>Неделя 1 день 1</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Завтрак</b>						
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/15	6,05	8,01	17,28	167,57
ттк 552	Каша молочная "Злаковый микс" с маслом сливочным	200/5	5,24	6,84	17,74	162,97
ттк 533	Топинг ягодный	30	0,03	0,04	5,45	21,44
ттк 264	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>15,71</b>	<b>19,34</b>	<b>77,87</b>	<b>550,45</b>
<b>Обед</b>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
ттк456	Каша "Царская" с мясом	200	17,00	18,56	36,00	404,00
ттк 540	Напиток из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>27,35</b>	<b>26,94</b>	<b>117,47</b>	<b>822,50</b>
<b>Итого</b>			<b>43,06</b>	<b>46,28</b>	<b>195,34</b>	<b>1372,953</b>
<b>Неделя 1 день 2</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Завтрак</b>						
ттк 410	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	100	11,24	12,18	11,62	199,13
469/1994	Паста "Триколлини"	150	5,3	2,98	30,11	183,94
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,74
	Батон с отрубями	25	2,25	0,75	13,45	66,91
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,43</b>	<b>16,41</b>	<b>81,38</b>	<b>554,40</b>
<b>Обед</b>						
45/2004	Салат из квашеной капусты	60	0,64	0,48	2,88	18,50
110/1994	Борщ с картофелем с мясом со сметаной	250/5/5	2,18	5,47	17,26	131,40
43/2003	Суфле Рыбка	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59
ттк 542	Напиток из ягод "Ягодный драйв"	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
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>23,86</b>	<b>25,22</b>	<b>110,61</b>	<b>720,01</b>
<b>Итого</b>			<b>43,29</b>	<b>41,63</b>	<b>191,99</b>	<b>1274,41</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Завтрак</b>						
492/2004	Плов из филе кури	200	13,32	15,07	38,33	353,98
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,3	18,76	89,56
ттк 562	Блины классические со сгущенным молоком	50/10	3,02	3,2	5,44	105,66
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,06</b>	<b>18,59</b>	<b>72,37</b>	<b>587,00</b>

		<u>Обед</u>					
129/1994	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/5/5	5,46	6,42	18,77	141,17	
ттк 466	Чиполлетти из мяса Пикантные	100	10,54	14,63	11,06	220,62	
276/1994	Паста "Ригате" с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88	
ттк 550	Напиток плодово-ягодный	200	0,41	0,17	17,65	68,79	
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,70	0,12	9,37	44,77	
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	71,47	
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,35</b>	<b>27,5</b>	<b>117</b>	<b>771,38</b>	
	<b>Итого</b>		<b>45,41</b>	<b>46,09</b>	<b>189,83</b>	<b>1358,384</b>	
	<b>Неделя 1 день 4</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Завтрак</u>						
297/1994	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	15,41	17,37	40,72	321,08	
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80	
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68	
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>17,87</b>	<b>17,99</b>	<b>76,23</b>	<b>474,7325</b>	
	<u>Обед</u>						
120/1994	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/5/5	1,96	3,67	9,43	75,66	
ттк 452	Фрикасе из курицы	100	13,82	14,87	8,92	218,81	
ттк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	100/50	2,52	3,31	28,63	166,51	
ттк 544	Напиток из кураги	200	0,72	0,03	23,24	88,19	
	Батон с отрубями	25	2,25	0,75	13,45	66,91	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	
	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28	
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>24,64</b>	<b>25,39</b>	<b>105,23</b>	<b>752,70</b>	
	<b>Итого</b>		<b>42,51</b>	<b>43,38</b>	<b>181,46</b>	<b>1227,437</b>	
	<b>Неделя 1 день 5</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Завтрак</u>						
1/2004	Бутерброд с сыром	15/15	1,88	1,33	9,68	13,86	
ттк 547	Зрза мясная по - Уральски	100	10,60	12,00	11,40	237,00	
472/1994	Картофельное пюре/капуста цветная отварная	100/50	4,15	4,9	29,43	176,79	
ттк 398	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	19,68	70,00	
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,61</b>	<b>18,43</b>	<b>84,26</b>	<b>564,82</b>	
	<u>Обед</u>						
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/5	3,21	4,85	23,60	127,39	
ттк 539	Мясо в сметанном соусе	100	12,13	14,72	7,6	244,99	
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая *	150	4,32	4,87	22,53	145,49	
ттк 555	Напиток из яблок	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	
	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68	
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>24,74</b>	<b>26,10</b>	<b>112,93</b>	<b>775,57</b>	
	<b>Итого</b>		<b>43,35</b>	<b>44,53</b>	<b>197,19</b>	<b>1340,39</b>	
	<b>Неделя 2 день 1</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Завтрак</u>						
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/15	6,05	8,01	17,28	167,57	
257/1994	Каша ячневая молочная с маслом сл	200/5	7,52	6,59	21,01	193,13	
ттк 533	Топинг ягодный	30	0,03	0,04	3,45	21,44	
	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66	

	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	0,99	0,1	7,03	33,58
	Кондитерское изделие	25	1,25	1,24	23,01	102,10
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>15,96</b>	<b>16</b>	<b>81,61</b>	<b>556,48</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
гтк 535	Мясное соте (мясо с овощами)	100	10,86	12,69	12,12	221,17
466/1994	Рис припущенный	150	3,63	3,18	35,26	166,80
гтк 543	Напиток 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	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	71,47
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,81</b>	<b>25,43</b>	<b>139,03</b>	<b>835,05</b>
	<b>Итого</b>		<b>42,77</b>	<b>41,43</b>	<b>220,64</b>	<b>1391,53</b>
	<b><u>Неделя 2 день 2</u></b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b><u>Завтрак</u></b>					
469/2004	Фрикадельки мясные в молочном соусе	100	9,60	12,00	12,40	237,00
гтк 523	Булгур отварной/кукуруза отварная	100/50	6,74	4,42	18,23	123,40
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,52</b>	<b>17,74</b>	<b>68,21</b>	<b>527,18</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
245/1	Огурец "Пикантный"	60	0,46	0,5	1,96	12,92
110/1994	Борщ с картофелем с мясом со сметаной	250/5/5	2,18	5,47	17,26	131,40
394/1994	Жаркое по - домашнему	200	16,4	20,64	28,23	354,1892
гтк 541	Напиток из яблок с сухофруктами	200	0,41	0,17	27,43	105,96
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>23,08</b>	<b>27,28</b>	<b>99,38</b>	<b>719,98</b>
	<b>Итого</b>		<b>42,6</b>	<b>45,02</b>	<b>167,59</b>	<b>1247,16</b>
	<b><u>Неделя 2 день 3</u></b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b><u>Завтрак</u></b>					
245/1	Огурец "Пикантный"	60	0,46	0,5	1,96	12,92
гтк 554	Кнели из мяса кур с сырным соусом	100/30	10,03	12,6	11,29	194,97
469/1994	Паста "Ригате"	150	5,3	2,98	34,11	183,94
гтк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,7104
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>17,44</b>	<b>16,25</b>	<b>78,03</b>	<b>518,51</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
132/1994	Суп из овощей с зеленым горошком с мясом со сметаной	250/5/5	3,15	7,53	13,15	125,90
403/1994	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	14,8	16,51	36,71	353,25
гтк 540	Напиток 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
	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>23</b>	<b>26,79</b>	<b>100,59</b>	<b>733,3958</b>
	<b>Итого</b>		<b>40,44</b>	<b>43,04</b>	<b>178,62</b>	<b>1251,91</b>
	<b><u>Неделя 2 день 4</u></b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b><u>Завтрак</u></b>					
284/1994	Омлет натуральный с маслом сл.	150/5	11,64	14,84	10,62	247,17
-	Йогурт	125	4,13	1,88	28,55	138,12

	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,79</b>	<b>18,15</b>	<b>83,73</b>	<b>582,02</b>
	<i>Обед</i>					
128/1994	Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной	250/5/5	4,26	6,42	18,77	141,17
гтк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Паста "Триколлин"	150	5,3	2,98	30,11	183,94
гтк 542	Напиток из ягод "Ягодный драйв"	200	0,16	0,04	12,2	47,69
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,11</b>	<b>25,46</b>	<b>106,69</b>	<b>742,918</b>
	<b>Итого</b>		<b>44,9</b>	<b>43,61</b>	<b>190,42</b>	<b>1324,94</b>
	<b>Неделя 2 день 5</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<i>Завтрак</i>					
1/2004	Бутерброд с маслом	15/10	2,23	1,48	9,73	55,36
13/2003	Суфле Рыбка	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая	100/50	3,11	3,67	22,07	154,66
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,36</b>	<b>19,04</b>	<b>70,15</b>	<b>501,79</b>
	<i>Обед</i>					
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	250/10	4,59	6,86	31,94	237,13
гтк 230/2	Тефтели "Ежики"	100	14,48	13,27	12,12	188,03
гтк 462/1	Булгур отварной с овощной смесью	150	5,09	4,23	16,2	145,26
гтк 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	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>28,51</b>	<b>25,56</b>	<b>105,78</b>	<b>769,77</b>
	<b>Итого</b>		<b>46,87</b>	<b>44,60</b>	<b>175,93</b>	<b>1271,56</b>
	<b>Итого за (10 дней)</b>		<b>435,20</b>	<b>439,61</b>	<b>1889,01</b>	<b>13060,67</b>
	<b>Итого за (1 день)</b>		<b>43,52</b>	<b>43,96</b>	<b>188,90</b>	<b>1306,07</b>