

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

Согласовано:

Директор ООО "ГлобусРесурс"  
И.И. Пугачев

Примерное 2-х недельное меню с 09.01.2025 "обед+полдник" для детей ОВЗ 7-11 лет  
на II полугод. 2024-2025 уч год ( дотация 271 руб 59 коп)

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Неделя 1 день 1</b>						
<i>Обед</i>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	4,43	4,74	16,62	131,24
ткк 501	Курица тушенная в соусе сметанном с томатом	150	10,25	13,53	11,63	176,00
ткк 462	Булгур с овощами	150	5,30	5,47	32,39	183,94
ткк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>24</b>	<b>24,94</b>	<b>102</b>	<b>693,34</b>
<i>Полдник</i>						
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
<b>Итого за 'Полдник '</b>			<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>	<b>367,76</b>
<b>Итого</b>			<b>33,35</b>	<b>34,14</b>	<b>161,88</b>	<b>1061,10</b>
<b>Неделя 1 день 2</b>						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Обед</i>						
ткк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08
110/1994	Борщ со сметаной с мясом	200	5,30	8,15	27,00	152,71
43/2003	Суфле "Рыбка"	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	150	3,10	4,49	20,09	132,58
ткк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60
-	Батон с отрубями	50	4,00	1,74	23,50	131,26
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	58,02
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>26,90</b>	<b>28,54</b>	<b>117,91</b>	<b>765,25</b>
<i>Полдник</i>						
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
<b>Итого за 'Полдник '</b>			<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>	<b>367,76</b>
<b>Итого</b>			<b>35,90</b>	<b>37,74</b>	<b>177,96</b>	<b>1133,01</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Обед</i>						
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом	250	3,10	6,60	19,24	124,38
ткк 466	Чиполлетти из мяса	100	10,89	11,57	9,74	221,17
276/94	Макаронные изделия с сыром	150	5,30	5,46	33,21	178,43
ткк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
<b>Итого за 'Обед '</b>			<b>23,42</b>	<b>27,60</b>	<b>113,26</b>	<b>757,18</b>
<i>Полдник</i>						
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
<b>Итого за 'Полдник '</b>			<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>	<b>367,76</b>
<b>Итого</b>			<b>32,42</b>	<b>36,80</b>	<b>173,31</b>	<b>1124,94</b>



<b>Неделя 1 день 4</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<i>Обед</i>					
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом	200	2,69	3,52	13,28	184,90
503/2004	Суфле из мяса птицы	100	13,75	6,39	7,74	177,70
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	150	3,48	6,80	30,75	181,84
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>27,49</b>	<b>27,84</b>	<b>115,03</b>	<b>813,51</b>
	<i>Полдник</i>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>	<b>367,76</b>
	<b>Итого</b>		<b>36,49</b>	<b>37,04</b>	<b>175,08</b>	<b>1181,27</b>
<b>Неделя 1 день 5</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<i>Обед</i>					
тгк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд. с мясом	200	6,07	7,16	15,44	130,62
тгк 467	Азу из мяса по - домашнему	100	10,60	12,40	12,90	216,00
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	6,57	5,30	28,76	173,42
	Сок фруктовый	200	0,15	0,08	26,52	110,92
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>27,58</b>	<b>26,04</b>	<b>110,14</b>	<b>768,84</b>
	<i>Полдник</i>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>	<b>367,76</b>
	<b>Итого</b>		<b>36,58</b>	<b>35,24</b>	<b>170,19</b>	<b>1136,60</b>
<b>Неделя 2 день 1</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<i>Обед</i>					
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	4,43	4,74	16,62	131,24
тгк 501	Курица тушенная в соусе сметанном с томатом	150	10,25	13,53	11,63	176,00
276/94	Макаронные изделия с сыром	150	5,30	5,46	33,21	178,43
тгк 302	Компот из ягод "Ассорти"	200	1,02	0,06	17,76	87,60
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>26,02</b>	<b>24,37</b>	<b>120,20</b>	<b>771,04</b>
	<i>Полдник</i>					
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>	<b>367,76</b>
	<b>Итого</b>		<b>35,02</b>	<b>33,57</b>	<b>180,25</b>	<b>1138,80</b>
<b>Неделя 2 день 2</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<i>Обед</i>					
тгк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
5/2	Борщ с морской капустой со сметаной с мясом	200	5,30	8,15	24,25	152,71
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	200	14,50	14,98	44,82	319,24
тгк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>25,50</b>	<b>23,98</b>	<b>118,01</b>	<b>712,43</b>



		<u>Полдник</u>				
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
		<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>
		<b>Итого</b>		<b>34,50</b>	<b>33,18</b>	<b>178,06</b>
		<b>Итого</b>				
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Обед</u>				
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
132/199	Суп из овощей с зеленым горошком со сметаной	250	5,35	8,30	27,20	230,00
ттк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	11,60	14,50	30,21	273,25
ттк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
		<u>Полдник</u>				
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
		<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>
		<b>Итого</b>		<b>9,40</b>	<b>9,20</b>	<b>71,65</b>
		<b>Итого</b>				
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Обед</u>				
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом	250	3,10	6,60	19,24	124,38
ттк 510	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	100	13,75	6,36	7,74	177,70
ттк 255	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	7,41	37,30	184,33
ттк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
		<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>29,59</b>	<b>31,50</b>	<b>127,54</b>
		<u>Полдник</u>				
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
		<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>
		<b>Итого</b>		<b>38,59</b>	<b>40,70</b>	<b>187,59</b>
		<b>Итого</b>				
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Обед</u>				
181/1994	Уха рыбацкая	200	4,68	4,20	13,87	124,64
430/1994	Запеканка картофельная с мясом с соусом сметанным с томатом	200/50	13,70	15,89	32,99	348,57
	Сок фруктовый	200	0,15	0,08	26,52	110,92
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
		<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>22,18</b>	<b>21,34</b>	<b>93,48</b>
		<u>Полдник</u>				
	Выпечка	100	7,20	9,20	30,25	200,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	16,60	70,40
-	Фрукт	200	0,80	0,00	13,20	97,36
		<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>60,05</b>
		<b>Итого</b>		<b>31,18</b>	<b>30,54</b>	<b>153,53</b>
		<b>Итого</b>				
		<b>Итого за 10 дней</b>		<b>323,43</b>	<b>328,15</b>	<b>1629,50</b>
		<b>Итого за один день</b>		<b>32,34</b>	<b>32,82</b>	<b>162,95</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336389041

Владелец Кузина Ирина Николаевна

Действителен с 09.04.2024 по 09.04.2025