

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"

М.В.Коршенко

Согласовано: Директор

И.Ю.Брагин

Примерное 2-х недельное меню с 01.09.2025 "завтрак + обед" для детей ОВЗ 12 лет и старше на I полугод. 2025-2026 уч год (дотация 321 руб.40 коп)

| Номер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюдо) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал |
|---------------------------|---|----------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | всего | всего | | |
| Неделя 1 день 1 | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| ттк 501 | Курица тушенная в соусе сметанном с томатом | 150 | 10,25 | 13,53 | 10,63 | 190,50 |
| ттк 523 | Булгур отварной | 180 | 7,31 | 7,2 | 7,44 | 90,31 |
| ттк 289 | Компот из кураги и изюма | 200 | 0,72 | 0,03 | 23,24 | 88,19 |
| | Батон с отрубями | 25 | 2,25 | 0,75 | 13,45 | 66,90 |
| | Мучное изделие | 50 | 2,41 | 2,45 | 24,59 | 173,58 |
| Итого за 'Завтрак' | | | 22,94 | 23,96 | 79,35 | 609,48 |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 30 | 0,23 | 0,25 | 0,98 | 6,46 |
| 138/1994 | Суп картофельный с бобовыми с гречками | 250/20 | 7,25 | 5,75 | 40,30 | 254,76 |
| 390/1994 | Мясо тушеное | 100 | 11,60 | 12,00 | 8,40 | 137,00 |
| ттк 393 | Капуста тушенная с куркумой | 180 | 5,20 | 8,23 | 22,67 | 194,14 |
| ттк 417 | Напиток с витаминами Витошка | 200 | 0,00 | 0,00 | 18,95 | 70,71 |
| | Батон с отрубями | 30 | 2,70 | 0,90 | 16,14 | 80,30 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,17 | 0,57 | 20,01 | 92,82 |
| Итого за 'Обед' | | | 30,15 | 27,70 | 127,45 | 836,18 |
| Итого | | | 53,09 | 51,66 | 206,80 | 1445,66 |
| Неделя 1 день 2 | | | | | | |
| | | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 30 | 0,23 | 0,25 | 0,98 | 6,46 |
| 401/1994 | Гуляш из мяса | 100 | 11,29 | 15,57 | 17,74 | 261,17 |
| 472/1994 | Картофельное пюре | 180 | 3,73 | 4,40 | 26,49 | 159,10 |
| 705/2004 | Напиток из шиповника | 200 | 0,24 | 0,10 | 14,60 | 55,74 |
| | Батон с отрубями | 25 | 2,25 | 0,75 | 13,45 | 66,90 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 10,43 | 48,35 |
| Итого за 'Завтрак' | | | 19,39 | 21,37 | 83,69 | 597,71 |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 30 | 0,23 | 0,25 | 0,98 | 6,46 |
| 110/1994 | Борщ с картофелем со сметаной | 250/5 | 4,18 | 5,47 | 17,26 | 131,40 |
| ттк 410 | Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе | 100/30 | 11,24 | 12,18 | 11,62 | 199,13 |
| ттк 286 | Овощи припущенные со смесью замор овощ. | 180 | 5,38 | 7,80 | 30,12 | 220,28 |
| ттк 263 | Компот из ягод | 200 | 0,16 | 0,04 | 12,20 | 47,69 |
| | Батон с отрубями | 50 | 4,50 | 1,50 | 26,90 | 133,83 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 |
| Итого за 'Обед' | | | 28,33 | 27,72 | 115,76 | 816,13 |
| Итого | | | 47,72 | 49,09 | 199,45 | 1413,84 |
| Неделя 1 день 3 | | | | | | |
| | | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |

| | | <u>Завтрак</u> | | | | |
|---------------------------|--|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| тгк 466 | Чиполлетти из мяса Пикантные | 100 | 10,54 | 14,63 | 11,06 | 220,62 |
| 276/1994 | Макаронные изделия отварные с сыром | 180 | 8,01 | 5,61 | 35,11 | 223,05 |
| 628/1994 | Чай | 200 | 0,08 | 0,02 | 9,84 | 37,80 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 25 | 1,65 | 0,16 | 11,72 | 55,97 |
| - | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 11,60 | 48,68 |
| Итого за 'Завтрак' | | | 20,68 | 20,82 | 79,33 | 586,13 |
| | | <u>Обед</u> | | | | |
| 129/1994 | Рассольник "Ленинградский со сметаной" | 250/5 | 5,46 | 6,42 | 18,77 | 141,17 |
| 50/2003 | Котлета мясная Детская | 100 | 12,60 | 12,00 | 10,40 | 237,00 |
| 170/1994 | Картофель отварной | 180 | 5,47 | 7,92 | 46,36 | 218,59 |
| тгк 418 | Компот из яблок с сухофруктами | 200 | 0,41 | 0,17 | 17,65 | 68,79 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 1,98 | 0,20 | 14,07 | 67,17 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 10,43 | 48,35 |
| - | Мучное изделие | 50 | 4,41 | 2,45 | 16,59 | 143,58 |
| Итого за 'Обед' | | | 31,98 | 29,46 | 134,27 | 924,65 |
| Итого | | | 52,66 | 50,28 | 213,60 | 1510,78 |
| <u>Неделя 1 день 4</u> | | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| | | <u>Завтрак</u> | | | | |
| тгк 408 | Мясо птицы тушенное в томатном соусе | 100 | 11,90 | 5,70 | 2,95 | 117,81 |
| тгк 358 | Рис "Золотистый" (с куркумой) | 180 | 4,19 | 5,11 | 44,15 | 239,91 |
| 648/2004 | Чай | 200 | 0,08 | 0,02 | 9,84 | 37,80 |
| | Батон с отрубями | 25 | 2,25 | 0,75 | 13,45 | 66,90 |
| | Мучное изделие | 50 | 4,41 | 6,45 | 24,59 | 173,58 |
| Итого за 'Завтрак' | | | 22,83 | 18,03 | 94,98 | 636,01 |
| | | <u>Обед</u> | | | | |
| 245/1 | Овощная поджаренная (овощи "пикантные") | 30 | 0,23 | 0,25 | 0,98 | 6,46 |
| 120/1994 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250/5 | 1,85 | 9,67 | 9,43 | 75,66 |
| 431/1994 | Макаронник с мясом | 250 | 18,05 | 17,45 | 50,25 | 463,52 |
| 638/1994 | Компот из кураги | 200 | 0,72 | 0,03 | 23,24 | 88,19 |
| | Батон с отрубями | 50 | 4,50 | 1,50 | 26,90 | 133,83 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 10,43 | 48,35 |
| Итого за 'Обед' | | | 27,00 | 29,20 | 121,23 | 816,00 |
| Итого | | | 49,83 | 47,23 | 216,21 | 1452,00 |
| <u>Неделя 1 день 5</u> | | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| | | <u>Завтрак</u> | | | | |
| 245/1 | Овощная поджаренная (овощи "пикантные") | 40 | 2,28 | 0,36 | 1,92 | 12,33 |
| тгк 414 | Колбаска "Шольная с отрубями" | 100 | 11,21 | 16,91 | 11,40 | 316,71 |
| 257/1194 | Каша гречневая вязкая гарнирная | 180 | 5,19 | 4,84 | 32,64 | 174,58 |
| тгк 417 | Напиток с витаминами Витожка | 200 | 0,00 | 0,00 | 18,95 | 70,71 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 25 | 1,65 | 0,16 | 11,72 | 55,97 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 10,43 | 48,35 |
| Итого за 'Завтрак' | | | 21,98 | 22,57 | 87,06 | 678,65 |
| | | <u>Обед</u> | | | | |
| 245/1 | Овощная поджаренная (овощи "пикантные") | 40 | 0,31 | 0,33 | 1,30 | 8,61 |
| 139/1994 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 3,21 | 2,85 | 23,60 | 135,39 |
| 394/94 | Жаркое из мяса с овощами с куркумой | 250 | 17,75 | 22,05 | 43,79 | 442,74 |
| 648/2004 | Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,08 | 0,02 | 9,84 | 37,80 |

| | | | | | | |
|----------|--|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Батон с отрубями | 50 | 5,50 | 2,50 | 26,90 | 133,82 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 |
| | Итого за 'Обед' | | 28,83 | 28,11 | 117,94 | 816,37 |
| | Итого | | 50,81 | 50,68 | 205,00 | 1495,02 |
| | <u>Неделя 2 день 1</u> | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| | <i><u>Завтрак</u></i> | | | | | |
| тгк 501 | Курица тушеная в соусе сметанном с томатом | 150 | 10,25 | 13,53 | 11,63 | 176,00 |
| тгк 462 | Булгур с овощами | 180 | 6,36 | 6,57 | 38,87 | 220,73 |
| тгк 420 | Чай лимонный | 200 | 0,12 | 0,02 | 9,83 | 38,66 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 10,43 | 48,35 |
| - | Мучное изделие | 50 | 4,41 | 2,45 | 24,59 | 173,58 |
| | Итого за 'Завтрак' | | 22,79 | 22,87 | 95,35 | 657,31 |
| | <i><u>Обед</u></i> | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 30 | 0,32 | 0,27 | 1,44 | 9,25 |
| 138/1994 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,54 | 5,56 | 24,31 | 164,06 |
| 25/8 | Котлета из мяса с отрубями | 100 | 10,64 | 16,02 | 12,96 | 249,03 |
| 487/1994 | Рагу из овощей | 180 | 7,30 | 7,26 | 37,48 | 223,60 |
| тгк 302 | Компот из ягод "Ассорти" | 200 | 0,19 | 0,07 | 11,58 | 45,64 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 1,98 | 0,20 | 14,07 | 67,17 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 |
| | Итого за 'Обед' | | 27,95 | 29,74 | 114,35 | 816,75 |
| | Итого | | 50,74 | 52,61 | 209,70 | 1474,07 |
| | <u>Неделя 2 день 2</u> | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| | <i><u>Завтрак</u></i> | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 40 | 0,31 | 0,33 | 1,30 | 8,61 |
| 6/8 | Рагу из мяса с овощами | 250 | 17,75 | 22,05 | 43,79 | 442,74 |
| 628/1994 | Чай | 200 | 0,08 | 0,02 | 9,84 | 37,80 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 35 | 2,31 | 0,23 | 16,42 | 78,37 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 10,43 | 48,35 |
| | Итого за 'Завтрак' | | 22,10 | 22,93 | 81,78 | 615,86 |
| | <i><u>Обед</u></i> | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 40 | 2,28 | 0,36 | 1,92 | 12,33 |
| 110/1994 | Борщ с картофелем со сметаной | 250/5 | 4,18 | 5,47 | 17,26 | 131,40 |
| 401/1994 | Гуляш из мяса | 100 | 10,89 | 11,57 | 17,74 | 231,17 |
| 463/1994 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 7,89 | 9,37 | 34,51 | 208,10 |
| тгк 418 | Компот из яблок с сухофруктами | 200 | 0,41 | 0,17 | 27,43 | 105,96 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 1,98 | 0,20 | 14,07 | 67,17 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 |
| | Итого за 'Обед' | | 29,61 | 27,50 | 125,44 | 814,14 |
| | Итого | | 51,71 | 50,43 | 207,22 | 1430,00 |
| | <u>Неделя 2 день 3</u> | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| | <i><u>Завтрак</u></i> | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 30 | 0,31 | 0,27 | 1,44 | 9,24 |
| 403/1994 | Плов из мяса с томатом с куркумой | 250 | 18,5 | 12,64 | 45,89 | 331,56 |
| 628/1994 | Чай | 200 | 0,08 | 0,02 | 9,84 | 37,80 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 25 | 1,65 | 0,16 | 11,72 | 55,97 |
| - | Мучное изделие | 50 | 2,41 | 6,45 | 19,59 | 153,6 |
| | Итого за 'Завтрак' | | 22,95 | 19,54 | 88,48 | 588,17 |
| | <i><u>Обед</u></i> | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 40 | 0,31 | 0,33 | 1,30 | 8,61 |

| | | | | | | |
|----------|--|--------|---------------|---------------|----------------|-----------------|
| 132/1994 | Суп из овощей с зеленым горошком со сметаной | 250/5 | 3,15 | 7,53 | 13,15 | 125,90 |
| 430/1994 | Запеканка картофельная с мясом с маслом сл | 250/5 | 17,90 | 19,10 | 49,40 | 418,55 |
| тгк 289 | Компот из кураги и изюма | 200 | 0,72 | 0,03 | 23,24 | 88,19 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 35 | 2,31 | 0,23 | 16,42 | 78,37 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 10,43 | 48,35 |
| - | Фрукт | 100 | 0,40 | 0,40 | 11,60 | 48,68 |
| | Итого за 'Обед' | | 26,44 | 27,92 | 125,54 | 816,64 |
| | Итого | | 49,39 | 47,46 | 214,02 | 1404,81 |
| | Неделя 2 день 4 | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| | Завтрак | | | | | |
| тгк 529 | Фрикадельки из мяса птицы | 100 | 11,64 | 14,42 | 7,44 | 172,8 |
| 276/1994 | Макаронные изделия отварные с сыром | 180 | 6,01 | 5,61 | 35,11 | 223,05 |
| тгк 420 | Чай лимонный | 200 | 0,12 | 0,02 | 9,83 | 38,66 |
| | Батон с отрубями | 25 | 2,25 | 0,75 | 13,45 | 66,90 |
| - | Мучное изделие | 50 | 2,41 | 2,45 | 19,59 | 173,58 |
| | Итого за 'Завтрак' | | 22,43 | 23,25 | 85,42 | 674,99 |
| | Обед | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 30 | 0,31 | 0,27 | 1,44 | 9,24 |
| 129/1994 | Рассольник с крупой и сметаной | 250/5 | 5,46 | 6,42 | 18,77 | 141,17 |
| 383/2004 | Рыба запеченная в сметанном соусе | 100 | 13,27 | 11,41 | 16,91 | 241,46 |
| тгк 358 | Рис "Золотистый" (с куркумой) | 180 | 4,17 | 8,16 | 36,90 | 218,21 |
| тгк 263 | Компот из ягод | 200 | 0,16 | 0,04 | 12,20 | 47,69 |
| | Батон с отрубями | 40 | 3,6 | 1,2 | 21,52 | 107,07 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 |
| | Итого за 'Обед' | | 28,95 | 27,86 | 120,25 | 822,85 |
| | Итого | | 51,38 | 51,11 | 205,67 | 1497,85 |
| | Неделя 2 день 5 | выход | Б | Ж | У | ЭЦ |
| | Завтрак | | | | | |
| 245/1 | Овощная подгарнировка (овощи "пикантные") | 20 | 0,12 | 0,16 | 1,35 | 4,30 |
| 401/1994 | Гуляш из мяса | 100 | 14,89 | 15,69 | 12,12 | 221,17 |
| 472/1994 | Картофельное пюре | 180 | 3,73 | 4,40 | 26,49 | 159,10 |
| 628/1994 | Чай | 200 | 0,08 | 0,02 | 9,84 | 37,80 |
| - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 35 | 2,31 | 0,23 | 16,42 | 78,37 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 10,43 | 48,35 |
| | Итого за 'Завтрак' | | 22,78 | 20,80 | 76,65 | 549,08 |
| | Обед | | | | | |
| 136/1994 | Суп картофельный с крупой с рыбой | 250/10 | 8,59 | 6,86 | 35,94 | 237,13 |
| 25/8 | Шницель из мяса с отрубями | 100 | 9,06 | 13,09 | 12,90 | 259,72 |
| тгк 393 | Капуста тушеная с куркумой | 180 | 3,78 | 6,67 | 36,67 | 234,14 |
| тгк 417 | Напиток с витаминами Витошка | 200 | 0,00 | 0,00 | 18,95 | 70,71 |
| | Батон с отрубями | 30 | 2,70 | 0,90 | 16,14 | 80,30 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 |
| | Итого за 'Обед' | | 26,11 | 27,88 | 133,11 | 940,01 |
| | Итого | | 48,89 | 48,68 | 209,76 | 1489,09 |
| | Итого за (10 дней) | | 506,22 | 499,23 | 2087,43 | 14613,11 |
| | Итого за (1 день) | | 50,62 | 49,92 | 208,74 | 1461,31 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201238376697895853320780557420615072302087238968

Владелец Кузина Ирина Николаевна

Действителен с 12.04.2025 по 12.04.2026