

Сделано: _____ А.С.Сы

Завтрак

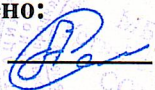
Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	12,20
9,3	11,8	0	143,3	Сыр твердых сортов в нарезке	40	10,40
6	5,9	24	168,9	Каша « Дружба»	200	18,60
3,9	2,9	11,2	86,0	Кофейный напиток с молоком	200	18,20
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,76
1,7	0,3	8,4	42,7	Хлеб ржаной	25	2,80
0,4	0,4	9,8	44,4	Яблоко	100	14,65
22,7	28,8	64,7	607,1	Итого за завтрак	605	79,64
Обед						
0,6	0,1	2	11,3	Огурец в нарезке	80	12,78
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	-
8,9	11,1	6,7	162,6	Щи из свежей капусты со сметаной	200	31,24
3,0	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
7,1	6,6	43,7	262,4	Макароны отварные	200	16,90
2,9	2,9	4,8	57,3	Соус красный основной	50	6,16
17,2	3,9	12,2	152,7	Котлета из курицы	90	42,62
1,0	0,2	20,2	86,6	Сок яблочный	200	20,00
47,9	31,5	122,7	966,7	Итого за обед	920	137,86
70,6	60,3	187,4	1573,8	Итого за день	1525	217,50

Утверждено:
Директор  А.С.Сысоев

Меню ОВЗ 12-18 лет
на 20.10.2026г. вторник

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
9,3	11,8	0	143,3	Сыр твердых сортов в нарезке	40	20,80
8,3	10,1	37,6	274,9	Каша жидкая молочная пшениная	200	25,87
3,5	3,4	22,3	133,4	Какао с молоком сгущенным	200	13,44
1,5	0,2	9,8	46,9	Хлеб пшеничный	20	1,84
2,0	0,4	10,0	51,2	Хлеб ржаной	30	3,36
2,9	2,5	4,8	53,3	Молоко 3,2%	100	-
0,8	0,2	7,5	35,0	Мандарин	100	20,49
28,3	28,6	92	738	Итого за завтрак	690	86,20
Обед						
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	-
1,5	6,1	6,2	85,8	Салат из белокочанной капусты	60	11,15
3,1	5,1	12,3	107,5	Борщ с фасолью	200	37,72
18,4	17,7	46,3	417,9	Плов из отварной говядины	240	42,47
0,2	0,1	9,9	41,6	Компот из свежих яблок	200	7,00
3,0	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
8,0	7,9	41,2	268,1	Шанежка с картофелем	70	20,00
41,4	43,6	149	1154,7	Итого за обед	870	131,30
69,7	72,2	241	1892,7	Итого за день	1560	217,50

Утверждено:
Директор  А.С.Сысоев

Меню ОВЗ 12-18 лет
на 21.10.2026г. среда

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	12,20
9,3	11,8	0	143,3	Сыр твердых сортов в нарезке	40	20,80
6,8	7,4	24,6	192,7	Каша жидкая молочная овсяная	200	20,21
3,4	0,4	22,1	105,5	Хлеб пшеничный	45	4,14
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
0,2	0	2,5	11,1	Чай с сахаром	180	3,79
0,4	0,3	10,3	45,5	Груша	100	25,45
2,9	2,5	4,8	53,3	Молоко 3,2%	100	10,60
25,6	30,2	77,8	685,8	Итого за завтрак	715	101,67
Обед						
0,8	4,1	2,5	49,9	Салат из свежих огурцов и помидоров	80	13,30
15,4	13,6	18,5	258	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	24,47
3,0	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
14,1	5,7	4,4	125,8	Курица тушеная с морковью	100	40,43
11,6	6,5	57,8	335,8	Булгур отварной	250	22,11
0,2	0,1	12,2	50,6	Кисель из смородины	200	7,36
47,7	30,8	128,5	982,2	Итого за обед	960	115,83
73,4	61	206,3	1668	Итого за день	1675	217,50

Утверждено:  А.С.Сысоев
Директор

Меню ОБЗ 12-18 лет
на 22.10.2026г. четверг

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
4,6	5,9	2	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	20,80
5,9	5,8	33,0	207,8	Каша жидкая молочная кукурузная	200	19,38
1,5	0,2	9,8	46,9	Хлеб пшеничный	20	1,84
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
4,7	3,5	8,9	85,9	Какао с молоком	200	13,84
4,6	11,5	9,3	158,7	Сырок творожный	50	-
1,5	0,5	21	94,5	Банан	100	24,28
25,4	27,9	99	748,3	Итого за завтрак	630	84,62
Обед						
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	-
0,5	0,1	1,5	8,5	Огурец в нарезке	60	12,78
7,9	4,5	12,4	122	Суп с рыбными консервами горбуша	200	26,75
4,1	7,1	26,4	185,8	Картофельное пюре	200	23,58
12,7	11,5	9,6	192,5	Голубцы ленивые	150	40,69
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	4,60
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
1	0	25,4	105,6	Сок абрикосовый	200	20,00
37,2	30	113,3	871,6	Итого за обед	920	132,88
62,6	57,9	208,7	1605,4	Итого за день	1550	217,50

Утверждено: 
 Директор А.С.Сысоев

Меню ОВЗ 12-18 лет
на 23.10.2026г. пятница

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	12,20
9,3	11,8	0	143,3	Сыр твердых сортов в нарезке	40	10,40
7,2	9,3	34,1	249	Каша вязкая молочная ячневая	200	25,51
1,5	0,2	9,8	46,9	Хлеб пшеничный	20	1,84
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
0,2	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	3,79
1,4	0,3	12,2	56,7	Апельсин	150	17,65
22,3	29,5	72,6	643,7	Итого за завтрак	660	75,87
Обед						
1,1	0,2	3,8	21,4	Помидор в нарезке	100	16,61
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	-
8,9	7,6	19,4	181,2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	24,37
17,2	3,3	12,1	146,5	Биточек из курицы	90	47,56
0,7	4,1	1,6	46,5	Соус сметанный	50	8,03
10,5	9,1	38,2	277,0	Макароны отварные с сыром	200	16,90
3,0	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
1	0	25,4	105,6	Сок абрикосовый	200	20,00
49,6	31	133,6	1012	Итого за обед	940	141,63
71,9	60,5	206,2	1655,7	Итого за день	1600	217,50