

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

Согласовано: Директор МАДУСОН-52
И.А.Дорожников

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Неделя 1 день 1						
Обед						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	4,43	4,74	16,62	131,24
25/8	Шницель из мяса с отрубями	100	10,64	16,02	12,96	249,03
тгк 462	Булгур с овощами	150	5,30	5,47	32,39	183,94
тгк 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
Итого за 'Обед '			25	27,43	103	766,37
Полдник						
	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
Итого за 'Полдник '			9,00	9,20	60,05	367,76
Итого			33,74	36,63	163,21	1134,13
Неделя 1 день 2						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
Обед						
тгк 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
тгк 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
Итого за 'Обед '			26,90	28,54	117,91	765,25
Полдник						
	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
Итого за 'Полдник '			9,00	9,20	60,05	367,76
Итого			35,90	37,74	177,96	1133,01
Неделя 1 день 3						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
Обед						
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом	250	3,10	6,60	19,24	124,38
тгк 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
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	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого за 'Обед '			23,42	27,60	113,26	757,18
Полдник						
	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
Итого за 'Полдник '			9,00	9,20	60,05	367,76
Итого			32,42	36,80	173,31	1124,94

	<u>Неделя 1 день 4</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом	200	2,69	3,52	13,28	184,90
тк 510	Мясо птицы по-строгановски	100	13,75	6,39	7,74	177,70
тк 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
	Итого за 'Обед '		27,49	27,84	115,03	813,51
	<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
	Итого за 'Полдник '		9,00	9,20	60,05	367,76
	Итого		36,49	37,04	175,08	1181,27
	<u>Неделя 1 день 5</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
тк 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
тк 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
	Итого за 'Обед '		27,58	26,04	110,14	768,84
	<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
	Итого за 'Полдник '		9,00	9,20	60,05	367,76
	Итого		36,58	35,24	170,19	1136,60
	<u>Неделя 2 день 1</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	4,43	4,74	16,62	131,24
тк 511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00
276/94	Макаронные изделия с сыром	150	5,30	5,46	33,21	178,43
тк 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
	Итого за 'Обед '		26,02	24,37	120,20	771,04
	<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
	Итого за 'Полдник '		9,00	9,20	60,05	367,76
	Итого		35,02	33,57	180,25	1138,80
	<u>Неделя 2 день 2</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Обед</u>					
тк 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
тк 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
	Итого за 'Обед '		25,50	23,98	118,01	712,43

		<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	
	Итого за 'Полдник '		9,00	9,20	60,05	367,76	
	Итого		34,50	33,18	178,06	1080,19	
	<u>Неделя 2 день 3</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Обед</u>						
ткк 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	
ткк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	11,60	14,50	30,21	273,25	
ткк 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	
	Итого за 'Полдник '		9,00	9,20	60,05	367,76	
	Итого		9,40	9,20	71,65	416,44	
	<u>Неделя 2 день 4</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Обед</u>						
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/10	6,34	8,54	14,20	136,48	
ткк 510	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	100	13,75	6,36	7,74	177,70	
ткк 255	Макароны отварные с овощами	150	5,17	7,41	37,30	184,33	
ткк 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	
	Итого за 'Обед '		32,83	33,44	122,50	767,58	
	<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	
	Итого за 'Полдник '		9,00	9,20	60,05	367,76	
	Итого		41,83	42,64	182,55	1135,34	
	<u>Неделя 2 день 5</u>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Обед</u>						
181/1994	Уха рыбацкая	200	4,68	4,20	13,87	124,64	
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17	
472/1994	Картофельное пюре	150	3,10	4,49	20,09	132,57	
	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	
	Итого за 'Обед '		22,47	21,51	98,32	713,27	
	<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	
	Итого за 'Полдник '		9,00	9,20	60,05	367,76	
	Итого		31,47	30,71	158,37	1081,03	
	Итого за 10 дней		327,35	332,75	1630,63	10561,76	
	Итого за один день		32,74	33,28	163,06	1056,18	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448729950
Владелец Барашкина Юлия Александровна
Действителен с 05.06.2024 по 05.06.2025