

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

Согласовано: Директор

Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "завтрак" для детей 7-11 лет 1 смена  
на II полугод. 2025 - 2026 учебный год ( дотация 149 руб 52 коп)

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>Неделя 1 день 1</b>						
<b>Завтрак</b>						
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/15	6,05	8,01	17,28	167,57
тгк 552	Каша молочная "Злаковый микс" с маслом сливочным	200/5	5,24	6,84	17,74	162,97
тгк 533	Топинг ягодный	30	0,03	0,04	5,45	21,44
тгк 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>Неделя 1 день 2</b>						
<b>Завтрак</b>						
тгк 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>Неделя 1 день 3</b>						
<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
тгк 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>
<b>Неделя 1 день 4</b>						
<b>Завтрак</b>						
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>474,73</b>
<b>Неделя 1 день 5</b>						
<b>Завтрак</b>						
1/2004	Бутерброд с сыром	15/15	1,88	1,33	9,68	13,86
тгк 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
тгк 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>

<b>Неделя 2 день 1</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
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
тгк 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>Неделя 2 день 2</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
469/2004	Фрикадельки мясные в молочном соусе	100	9,60	12,00	12,40	237,00
тгк 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>Неделя 2 день 3</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
245/1	Огурец "Пикантный"	60	0,46	0,5	1,96	12,92
тгк 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
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	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>Неделя 2 день 4</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
284/1994	Омлет натуральный с маслом	150/5	11,64	14,84	10,62	247,17
-	Йогурт	125	4,13	1,88	28,55	138,12
тгк 420	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>
<b>Неделя 2 день 5</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
1/2004	Бутерброд с маслом	15/10	2,23	1,48	9,73	55,36
43/2003	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>
<b>Итого за период (10 дней)</b>			<b>180,75</b>	<b>177,94</b>	<b>773,84</b>	<b>5417,39</b>
<b>Итого за (1 день)</b>			<b>18,08</b>	<b>17,79</b>	<b>77,38</b>	<b>541,74</b>

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

Согласовано: Директор

Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "обед" для детей 7-11 лет 2 смена  
на II полугод. 2025 - 2026 учебный год ( дотация 224 руб 27 коп)



Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки,	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>Неделя 1 день 1</b>						
<i>Обед</i>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк456	Каша "Царская" с мясом	200	17,00	18,56	36,00	404,00
тгк 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>Неделя 1 день 2</b>						
<i>Обед</i>						
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
тгк 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>Неделя 1 день 3</b>						
<i>Обед</i>						
129/1994	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/5/5	5,46	6,42	18,77	141,17
тгк 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
тгк 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>27,50</b>	<b>117</b>	<b>771,38</b>
<b>Неделя 1 день 4</b>						
<i>Обед</i>						
120/1994	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/5/5	1,96	3,67	9,43	75,66
тгк 452	Фрикасе из курицы	100	13,82	14,87	8,92	218,81
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	100/50	2,52	3,31	28,63	166,51
тгк 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>Неделя 1 день 5</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Обед</i>						
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/5	3,21	4,85	23,60	127,39
ткк 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
ткк 398	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	19,68	70,00
	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>113,66</b>	<b>774,86</b>
<b>Неделя 2 день 1</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Обед</i>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
ткк 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
ткк 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>Неделя 2 день 2</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Обед</i>						
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	354,189
ткк 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>Неделя 2 день 3</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Обед</i>						
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
ткк 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>733,40</b>

<b>Неделя 2 день 4</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Обед</i>						
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/20	4,92	6,15	24,65	161,51
ттк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Паста "Триколлини"	150	5,3	2,98	30,11	183,94
ттк 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>26,77</b>	<b>25,19</b>	<b>112,57</b>	<b>763,26</b>
<b>Неделя 2 день 5</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Обед</i>						
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	250/10	4,59	6,86	31,94	237,13
ттк 230/2	Тефтели "Ежики"	100	14,48	13,27	12,12	188,03
472/1994	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая	100/50	3,11	3,67	22,07	154,66
ттк 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>27</b>	<b>25</b>	<b>111,65</b>	<b>779,17</b>
<b>Итого за период 10 дней</b>			<b>253,13</b>	<b>260,84</b>	<b>1127,65</b>	<b>7672,32</b>
<b>Итого за (1 день)</b>			<b>25,31</b>	<b>26,08</b>	<b>112,77</b>	<b>767,23</b>

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"

Согласовано: Директор

М.В.Коршенко

Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "Завтрак" для детей 12 лет и старше I смена на II полугод. 2025-2026 уч. год ( дотация, родительская оплата 176руб 94 коп)

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	воды, г	
<b>Неделя 1 день 1</b>						
<i>Завтрак</i>						
тгк 456	Каша "Царская" с мясом	250	15,25	18,71	50,00	408,79
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,03</b>	<b>19,59</b>	<b>93,59</b>	<b>599,59</b>
<b>Неделя 1 день 2</b>						
<i>Завтрак</i>						
43/2003	Суфле Рыбка	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	26,49	159,10
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,735
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>21,33</b>	<b>21,86</b>	<b>95,58</b>	<b>629,76</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>						
<i>Завтрак</i>						
тгк 466	Чиполлетти из мяса "Пикантные" с маслом сливочным	100/5	10,54	14,63	11,06	220,62
276/1994	Паста "Ригате" 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
	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 'Завтрак'</b>			<b>23,18</b>	<b>21,96</b>	<b>101,17</b>	<b>657,26</b>
<b>Неделя 1 день 4</b>						
<i>Завтрак</i>						
тгк 452	Фрикасе из курицы	100	13,82	14,87	8,92	218,81
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	150/30	4,59	6,07	46,61	219,85
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
	Йогурт	125	3,13	1,88	15,54	118,12
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>23,31</b>	<b>23,00</b>	<b>92,62</b>	<b>651,41</b>
<b>Неделя 1 день 5</b>						
<i>Завтрак</i>						
тгк 539	Мясо в сметанном соусе	100	12,13	14,72	7,6	244,99
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,19	4,84	32,64	174,58
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
тгк 398	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	19,68	70,00
	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>20,69</b>	<b>22,18</b>	<b>82,77</b>	<b>633,82</b>

<u>Неделя 2 день 1</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<u>Завтрак</u>						
3/2004	Бутерброд с сыром	20/10	1,55	0,86	5,73	20,35
тгк 535	Мясное соте (мясо с овощами)	100	10,86	10,69	12,12	221,17
466/1994	Рис припущенный	180	6,54	7,32	32,19	247,65
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	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 'Завтрак'</b>			<b>21,97</b>	<b>20,43</b>	<b>93,31</b>	<b>647,64</b>
<u>Неделя 2 день 2</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<u>Завтрак</u>						
394/1994	Жаркое по - домашнему	250	17,75	19,05	43,79	442,74
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68
тгк 562	Блины классические со сгущенным молоком	50/10	3,02	3,2	5,44	105,66
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>23,82</b>	<b>22,67</b>	<b>79,13</b>	<b>680,85</b>
<u>Неделя 2 день 3</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<u>Завтрак</u>						
245/1	Помидор "Пикантный"	50	0,38	0,19	1,63	10,76
403/1994	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	17,5	14,64	40,89	331,56
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
тгк 540	Напиток из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
	Выпечка	50	1,72	3,46	11,13	125,54
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>22,3</b>	<b>18,52</b>	<b>90,96</b>	<b>623,22</b>
<u>Неделя 2 день 4</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<u>Завтрак</u>						
тгк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,58	36,13	220,73
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Батон с отрубями	25	2,25	0,75	13,45	66,90
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>22,38</b>	<b>19,47</b>	<b>88,89</b>	<b>615,26</b>
<u>Неделя 2 день 5</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<u>Завтрак</u>						
45/2004	Салат из квашеной капусты	100	1,06	0,8	4,8	30,83
тгк 230/2	Тефтели "Ежики"	100	14,48	13,27	12,12	188,03
472/1994	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая	150/50	4,15	9,61	29,43	176,79
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>23,65</b>	<b>24,21</b>	<b>92,15</b>	<b>593,07</b>
<b>Итого за (10 дней)</b>			<b>221,7</b>	<b>213,89</b>	<b>910,17</b>	<b>6331,88</b>
<b>Итого за (1 день)</b>			<b>22,17</b>	<b>21,39</b>	<b>91,02</b>	<b>633,19</b>

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

Согласовано: Директор



Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "Обед" для детей 12 лет и старше 2 смена на II полугод. 2025-2026 уч. год ( дотация, родительская оплата 265 руб 40 коп)

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>Неделя 1 день 1</b>						
<b><u>Обед</u></b>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк 456	Каша "Царская" с мясом	250	15,25	18,71	50,00	408,79
тгк 540	Напиток из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
	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>27,97</b>	<b>28,09</b>	<b>143,97</b>	<b>888,76</b>
<b>Неделя 1 день 2</b>						
<b>выход</b>						
<b>Б Ж У ЭЦ</b>						
<b><u>Обед</u></b>						
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	180	3,73	4,4	26,49	159,10
тгк 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	40	2,64	0,48	16,68	77,35
	Выпечка	50	3,72	3,46	18,13	120,28
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>26,42</b>	<b>28,45</b>	<b>123,69</b>	<b>814,12</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>						
<b>выход</b>						
<b>Б Ж У ЭЦ</b>						
<b><u>Обед</u></b>						
129/1994	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/5/5	5,46	6,42	18,77	141,17
тгк 466	Чиполлетти из мяса Пикантные с маслом сливочным	100/5	10,54	14,63	11,06	220,62
276/1994	Паста "Ригате" с сыром	180	8,01	5,61	35,11	223,05
тгк 550	Напиток плодово-ягодный	200	0,41	0,17	17,65	68,79
-	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>29,30</b>	<b>28,57</b>	<b>130,10</b>	<b>840,62</b>
<b>Неделя 1 день 4</b>						
<b>выход</b>						
<b>Б Ж У ЭЦ</b>						
<b><u>Обед</u></b>						
120/1994	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/5/5	1,85	9,67	9,43	75,66
тгк 452	Фрикасе из курицы	100	13,82	7,87	4,92	218,81
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	150/30	4,59	6,07	46,61	219,85
тгк 544	Напиток из кураги	200	0,72	0,03	23,24	88,19
	Батон с отрубями	50	4,50	1,50	26,9	133,83
-	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>27,86</b>	<b>25,90</b>	<b>135,21</b>	<b>843,03</b>

<b>Неделя 1 день 5</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Обед</b>						
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/5	3,21	4,85	23,60	127,39
тгк 539	Мясо в сметанном соусе	100	12,13	14,72	7,6	244,99
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,19	4,84	32,64	174,58
тгк 398	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	19,68	70,00
	Батон с отрубями	25	2,75	1,25	12,50	66,91
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>26,98</b>	<b>28,48</b>	<b>119,66</b>	<b>830,17</b>
<b>Неделя 2 день 1</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Обед</b>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк 535	Мясное соте (мясо с овощами)	100	10,86	10,69	12,12	221,17
466/1994	Рис припущенный	180	6,54	7,32	32,19	247,65
тгк 543	Напиток из ягод "Ассорти"	200	0,19	0,07	11,58	45,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	71,47
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>29,72</b>	<b>27,59</b>	<b>135,69</b>	<b>914,37</b>
<b>Неделя 2 день 2</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Обед</b>						
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	250	17,75	19,05	43,79	442,74
тгк 541	Напиток из яблок с сухофруктами	200	0,41	0,17	27,43	105,96
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
тгк 562/1	Блины классические	50	2,02	2,4	3,44	99,65
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>27,65</b>	<b>27,78</b>	<b>127,88</b>	<b>949,71</b>
<b>Неделя 2 день 3</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Обед</b>						
245/1	Помидор "Пикантный"	50	0,38	0,19	1,63	10,76
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	250	18,5	12,64	45,89	331,56
тгк 540	Напиток из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Выпечка	50	1,72	5,46	11,13	88,28
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>29,76</b>	<b>26,54</b>	<b>131,00</b>	<b>814,65</b>
<b>Неделя 2 день 4</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Обед</b>						
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/20	4,92	6,15	24,65	161,51
тгк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,58	36,13	220,73
тгк 542	Напиток из ягод "Ягодный драйв"	200	0,16	0,04	12,2	47,69
	Батон с отрубями	50	5,5	2,5	26,90	133,82
	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>30,96</b>	<b>27,45</b>	<b>131,43</b>	<b>863,24</b>

<b>Неделя 2 день 5</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Обед</b>						
45/2004	Салат из квашеной капусты	100	1,06	0,8	4,8	30,83
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	250/20	6,57	6,86	33,54	240,13
тгк 230/2	Тефтели "Ежики"	120	17,37	15,92	14,54	225,63
472/1994	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая	150/50	4,15	9,61	29,43	176,79
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,3	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>34,43</b>	<b>33,78</b>	<b>130,19</b>	<b>880,47</b>
<b>Итого за (10 дней)</b>			<b>291,1</b>	<b>282,63</b>	<b>1308,8</b>	<b>8639,14</b>
<b>Итого за (1 день)</b>			<b>29,11</b>	<b>28,26</b>	<b>130,88</b>	<b>863,91</b>

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

Согласовано: Директор

Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "Усиленный полдник" для детей 12 лет и старше 2 смена на II полугод. 2025-2026 уч. год (родительская оплата 176 руб 94 коп)

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	воды, г	
<b><u>Неделя 1 день 1</u></b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
ттк 456	Каша "Царская" с мясом	250	15,25	18,71	50,00	408,79
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,03</b>	<b>19,59</b>	<b>93,59</b>	<b>599,59</b>
<b><u>Неделя 1 день 2</u></b>						
<b>выход</b>						
<b>Б Ж У ЭЦ</b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
43/2003	Суфле Рыбка	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	26,49	159,10
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,735
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>21,33</b>	<b>21,86</b>	<b>95,58</b>	<b>629,76</b>
<b><u>Неделя 1 день 3</u></b>						
<b>выход</b>						
<b>Б Ж У ЭЦ</b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
ттк 466	Чиполлетти из мяса "Пикантные" с маслом сливочным	100/5	10,54	14,63	11,06	220,62
276/1994	Паста "Ригате" 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
	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 'Завтрак'</b>			<b>23,18</b>	<b>21,96</b>	<b>101,17</b>	<b>657,26</b>
<b><u>Неделя 1 день 4</u></b>						
<b>выход</b>						
<b>Б Ж У ЭЦ</b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
ттк 452	Фрикасе из курицы	100	13,82	14,87	8,92	218,81
ттк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	150/30	4,59	6,07	46,61	219,85
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>20,58</b>	<b>21,52</b>	<b>88,68</b>	<b>581,97</b>
<b><u>Неделя 1 день 5</u></b>						
<b>выход</b>						
<b>Б Ж У ЭЦ</b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
ттк 539	Мясо в сметанном соусе	100	12,13	14,72	7,6	244,99
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,19	4,84	32,64	174,58
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
ттк 398	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	19,68	70,00
	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>20,69</b>	<b>22,18</b>	<b>82,77</b>	<b>633,82</b>

		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b><u>Неделя 2 день 1</u></b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
3/2004	Бутерброд с сыром	20/10	1,55	0,86	5,73	20,35
ттк 535	Мясное соте (мясо с овощами)	100	10,86	10,69	12,12	221,17
466/1994	Рис припущенный	180	6,54	7,32	32,19	247,65
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	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 'Завтрак'</b>			<b>21,97</b>	<b>20,43</b>	<b>93,31</b>	<b>647,64</b>
<b><u>Неделя 2 день 2</u></b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
394/1994	Жаркое по - домашнему	250	17,75	19,05	43,79	442,74
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68
ттк 562	Блины классические со сгущенным молоком	50/10	3,02	3,2	5,44	105,66
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>23,82</b>	<b>22,67</b>	<b>79,13</b>	<b>680,85</b>
<b><u>Неделя 2 день 3</u></b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
245/1	Помидор "Пикантный"	50	0,38	0,19	1,63	10,76
403/1994	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	17,5	14,64	40,89	331,56
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
ттк 540	Напиток из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
	Выпечка	50	1,72	3,46	11,13	125,54
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>22,3</b>	<b>18,52</b>	<b>90,96</b>	<b>623,22</b>
<b><u>Неделя 2 день 4</u></b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
ттк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,58	36,13	220,73
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Батон с отрубями	25	2,25	0,75	13,45	66,90
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>22,38</b>	<b>19,47</b>	<b>88,89</b>	<b>615,26</b>
<b><u>Неделя 2 день 5</u></b>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
ттк 230/2	Тефтели "Ежики"	120	17,37	15,92	14,54	225,63
472/1994	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая	150/50	4,15	9,61	29,43	176,79
ттк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>23,83</b>	<b>25,76</b>	<b>79,34</b>	<b>551,50</b>
<b>Итого за (10 дней)</b>			<b>212,34</b>	<b>212,8</b>	<b>876,61</b>	<b>6109,39</b>
<b>Итого за (1 день)</b>			<b>21,23</b>	<b>21,28</b>	<b>87,66</b>	<b>610,94</b>



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

Согласовано: Директор

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

Но-мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Белки,	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>Неделя 1 день 1</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b><u>Завтрак</u></b>						
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/15	6,05	8,01	17,28	167,57
тгк 552	Каша молочная "Злаковый микс" с маслом сливочным	200/5	5,24	6,84	17,74	162,97
тгк 533	Топинг ягодный	30	0,03	0,04	5,45	21,44
тгк 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><u>Обед</u></b>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк456	Каша "Царская" с мясом	200	17,00	18,56	36,00	404,00
тгк 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><u>Завтрак</u></b>						
тгк 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><u>Обед</u></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
тгк 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><u>Завтрак</u></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
тгк 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>

		<b>Обед</b>				
129/1994	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/5/5	5,46	6,42	18,77	141,17
тгк 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
тгк 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
	<b>Завтрак</b>					
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>
	<b>Обед</b>					
120/1994	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/5/5	1,96	3,67	9,43	75,66
тгк 452	Фрикасе из курицы	100	13,82	14,87	8,92	218,81
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	100/50	2,52	3,31	28,63	166,51
тгк 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
	<b>Завтрак</b>					
1/2004	Бутерброд с сыром	15/15	1,88	1,33	9,68	13,86
тгк 547	Зраза 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
тгк 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>
	<b>Обед</b>					
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/5	3,21	4,85	23,60	127,39
тгк 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
тгк 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
	<b>Завтрак</b>					
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
тгк 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>
	<u>Обед</u>					
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк 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
тгк 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>Неделя 2 день 2</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
469/2004	Фрикадельки мясные в молочном соусе	100	9,60	12,00	12,40	237,00
тгк 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>
	<u>Обед</u>					
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
тгк 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>Неделя 2 день 3</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
245/1	Огурец "Пикантный"	60	0,46	0,5	1,96	12,92
тгк 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
тгк 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>
	<u>Обед</u>					
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
тгк 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>Неделя 2 день 4</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
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

тгк 420	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>					
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/20	4,92	6,15	24,65	161,51
тгк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Паста "Триколлини"	150	5,3	2,98	30,11	183,94
тгк 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>26,77</b>	<b>25,19</b>	<b>112,57</b>	<b>763,258</b>
	<b>Итого</b>		<b>45,56</b>	<b>43,34</b>	<b>196,3</b>	<b>1345,28</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
43/2003	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
тгк 230/2	Тефтели "Ежики"	100	14,48	13,27	12,12	188,03
тгк 462/1	Булгур отварной с овощной смесью	150	5,09	4,23	16,2	145,26
тгк 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>435,86</b>	<b>439,34</b>	<b>1894,89</b>	<b>13081,01</b>
	<b>Итого за (1 день)</b>		<b>43,59</b>	<b>43,93</b>	<b>189,49</b>	<b>1308,10</b>



			<u>Обед</u>				
129/1994	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/5/5	5,46	6,42	18,77	141,17	
тгк 466	Чиполлетти из мяса Пикантные с маслом сливочным	100/5	10,54	14,63	11,06	220,62	
276/1994	Паста "Ригате" с сыром	180	8,01	5,61	35,11	223,05	
тгк 550	Напиток плодово-ягодный	200	0,41	0,17	17,65	68,79	
-	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>29,30</b>	<b>28,57</b>	<b>130,10</b>	<b>840,62</b>	
	<b>Итого</b>		<b>51,56</b>	<b>51,05</b>	<b>208,46</b>	<b>1502,436</b>	
	<b>Неделя 1 день 4</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
			<u>Завтрак</u>				
297/1994	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/20	16,54	17,37	42,52	325,08	
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80	
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37	
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68	
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,33</b>	<b>18,02</b>	<b>80,38</b>	<b>489,93</b>	
			<u>Обед</u>				
120/1994	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/5/5	1,85	9,67	9,43	75,66	
тгк 452	Фрикасе из курицы	100	13,82	7,87	4,92	218,81	
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	150/30	4,59	6,07	46,61	219,85	
тгк 544	Напиток из кураги	200	0,72	0,03	23,24	88,19	
	Батон с отрубями	50	4,50	1,50	26,9	133,83	
-	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>27,86</b>	<b>25,90</b>	<b>135,21</b>	<b>843,03</b>	
	<b>Итого</b>		<b>47,19</b>	<b>43,92</b>	<b>215,59</b>	<b>1332,956</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	
тгк 547	Зраза мясная по - Уральски	100	10,60	12,00	11,40	237,00	
472/1994	Картофельное пюре/капуста цветная отварная	150/50	4,15	4,9	29,43	176,79	
тгк 398	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	19,68	70,00	
-	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 'Завтрак'</b>		<b>20,26</b>	<b>18,73</b>	<b>94,69</b>	<b>613,17</b>	
			<u>Обед</u>				
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/5	3,21	4,85	23,60	127,39	
тгк 539	Мясо в сметанном соусе	100	12,13	14,72	7,6	244,99	
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,19	4,84	32,64	174,58	
тгк 555	Напиток из яблок	200	0	0	18,95	70,71	
	Батон с отрубями	25	2,75	1,25	12,50	66,91	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	
-	Выпечка	50	1,72	2,46	11,13	88,28	
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,98</b>	<b>28,48</b>	<b>118,93</b>	<b>830,88</b>	
	<b>Итого</b>		<b>47,24</b>	<b>47,21</b>	<b>213,62</b>	<b>1444,046</b>	
	<b>Неделя 2 день 1</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
			<u>Завтрак</u>				
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/20	7,46	12,23	17,33	211,70	
257/1994	Каша ячневая молочная с маслом сл	250/5	8,61	6,7	42,94	256,41	

тгк 533	Топинг ягодный	30	0,03	0,04	3,45	21,44
тгк 420	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	13,01	102,10
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18</b>	<b>20,33</b>	<b>93,59</b>	<b>663,89</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк 535	Мясное соте (мясо с овощами)	100	10,86	10,69	12,12	221,17
466/1994	Рис припущенный	180	6,54	7,32	32,19	247,65
тгк 543	Напиток из ягод "Ассорти"	200	0,19	0,07	11,58	45,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	71,47
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>29,72</b>	<b>27,59</b>	<b>135,69</b>	<b>914,37</b>
	<b>Итого</b>		<b>48,18</b>	<b>47,92</b>	<b>229,28</b>	<b>1578,253</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	100/30	9,60	12,00	12,40	237,00
тгк 523	Булгур отварной/кукуруза отварная	150/30	6,77	5,83	27,3	153,49
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Батон с отрубями	25	2,25	0,75	13,45	66,91
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>21,08</b>	<b>19,36</b>	<b>87,1</b>	<b>601,90</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
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	250	17,75	19,05	43,79	442,74
тгк 541	Напиток из яблок с сухофруктами	200	0,41	0,17	27,43	105,96
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
тгк 562/1	Блины классические	50	2,02	2,4	3,44	99,65
	<b>Итого</b>		<b>27,65</b>	<b>28</b>	<b>127,88</b>	<b>949,71</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
тгк 554	Кнели из мяса кур с сырным соусом	100/30	10,03	12,6	11,29	194,97
469/1994	Паста "Ригате"	180	6,36	5,57	40,93	220,73
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,16	11,72	55,97
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>20,23</b>	<b>19,15</b>	<b>86,17</b>	<b>570,74</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
245/1	Помидор "Пикантный"	50	0,38	0,19	1,63	10,76
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	250	18,5	12,64	45,89	331,56
тгк 540	Напиток из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Выпечка	50	1,72	5,46	11,13	88,28
	<b>Итого</b>		<b>21,95</b>	<b>24,61</b>	<b>97,30</b>	<b>659,02</b>

<b>Неделя 2 день 4</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><u>Завтрак</u></i>						
284/1994	Омлет натуральный с маслом сл.	200/5	15,52	20,97	16,16	329,56
-	Йогурт	125	4,13	1,88	28,55	138,12
тгк 420	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>22,67</b>	<b>24,28</b>	<b>89,27</b>	<b>664,41</b>
<i><u>Обед</u></i>						
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/20	4,92	6,15	24,65	161,51
тгк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,58	36,13	220,73
тгк 542	Напиток из ягод "Ягодный драйв"	200	0,16	0,04	12,2	47,69
	Батон с отрубями	50	5,5	2,5	26,90	133,82
	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>30,96</b>	<b>27,45</b>	<b>131,43</b>	<b>863,24</b>
<b>Итого</b>			<b>53,63</b>	<b>51,73</b>	<b>220,7</b>	<b>1527,652</b>
<b>Неделя 2 день 5</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><u>Завтрак</u></i>						
1/2004	Бутерброд с маслом	15/15	2,33	1,58	9,83	76,36
43/2003	Суфле Рыбка	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая	150/50	4,15	4,9	29,43	176,79
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>19,50</b>	<b>20,37</b>	<b>77,61</b>	<b>544,92</b>
<i><u>Обед</u></i>						
45/2004	Салат из квашеной капусты	100	1,06	0,8	4,8	30,83
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	250/20	6,57	6,86	33,54	240,13
тгк 230/2	Тефтели "Ежики"	120	17,37	15,92	14,54	225,63
тгк 462/1	Булгур отварной с овощной смесью	180	3,71	5,07	19,44	174,31
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>32,67</b>	<b>29,18</b>	<b>118,12</b>	<b>868,32</b>
<b>Итого</b>			<b>52,17</b>	<b>49,55</b>	<b>195,73</b>	<b>1413,243</b>
<b>Итого за (10 дней)</b>			<b>442,74</b>	<b>440,27</b>	<b>1964,92</b>	<b>13335,35</b>
<b>Итого за (1 день)</b>			<b>44,27</b>	<b>44,03</b>	<b>196,49</b>	<b>1333,53</b>

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"

Согласовано: Директор

М.В.Коршенко



**Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "завтрак + обед" для детей ОВЗ 7-11 лет (сахарный диабет) 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>						
<b><u>Завтрак</u></b>						
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/15	6,05	8,01	17,28	167,57
тгк 552	Каша молочная "Злаковый микс" с маслом сл без сахара	200/5	5,12	6,68	22,42	169,71
тгк 264	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>16,88</b>	<b>19,38</b>	<b>85,44</b>	<b>574,43</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
тгк456	Каша "Царская" с мясом	200	17,00	18,56	36,00	404,00
тгк 540	Напиток из кураги и изюма без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02
-	Батон с отрубями	30	2,70	0,90	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>30,05</b>	<b>28,00</b>	<b>125,27</b>	<b>856,47</b>
<b>Итого</b>			<b>46,93</b>	<b>47,38</b>	<b>210,71</b>	<b>1430,90</b>
<b>Неделя 1 день 2</b>						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b><u>Завтрак</u></b>						
тгк 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>19,50</b>	<b>16,41</b>	<b>81,38</b>	<b>554,40</b>
<b><u>Обед</u></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
тгк 542	Напиток из ягод без сахара "Ягодный драйв"	200	0,16	0,04	2,42	10,52
-	Батон с отрубями	50	4,5	1,5	26,9	133,83
-	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>24,26</b>	<b>25,62</b>	<b>112,43</b>	<b>731,52</b>
<b>Итого</b>			<b>43,76</b>	<b>42,03</b>	<b>193,81</b>	<b>1285,92</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b><u>Завтрак</u></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 с маслом сливочным	50/10	3,02	4,2	5,44	105,66
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,06</b>	<b>19,59</b>	<b>72,37</b>	<b>587,00</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
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 из плодово-ягодный без сахара	200	0,41	0,17	10,87	31,63
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,20	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35
	Фрукт	100	0,40	0,40	11,60	48,68
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>27,11</b>	<b>26,80</b>	<b>106,06</b>	<b>743,49</b>
	<b>Итого</b>		<b>46,17</b>	<b>46,39</b>	<b>178,43</b>	<b>1330,50</b>
	<b><u>Неделя 1 день 4</u></b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b><u>Завтрак</u></b>					
	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	6,13	66,06
297/1994	Запеканка из творога	150	12,22	9,23	30,86	272,81
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Фрукт	120	0,48	0,48	13,92	58,41
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>15,17</b>	<b>17,21</b>	<b>67,39</b>	<b>476,29</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
120/1994	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/5/5	1,96	3,67	9,43	75,66
ттк 452	Фрикассе 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 536	Кукуруза отварная с маслом сливочным	50	0,68	1,6	4,1	33,23
ттк 544	Напиток из кураги без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02
	Батон с отрубями	30	2,70	0,90	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>24,38</b>	<b>24,74</b>	<b>96,19</b>	<b>683,54</b>
	<b>Итого</b>		<b>39,55</b>	<b>41,95</b>	<b>163,58</b>	<b>1159,83</b>
	<b><u>Неделя 1 день 5</u></b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b><u>Завтрак</u></b>					
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>
	<b><u>Обед</u></b>					
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 б/сахара	200	0	0	11,95	50,17
	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>105,93</b>	<b>755,03</b>
	<b>Итого</b>		<b>43,35</b>	<b>44,53</b>	<b>190,19</b>	<b>1319,85</b>

<b>Неделя 2 день 1</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
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 без сахара	200/5	6,12	5,39	30,79	191,98
тгк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,02	5,83	18,66
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>15,52</b>	<b>15,02</b>	<b>89,42</b>	<b>538,33</b>
<i><b>Обед</b></i>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк 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
тгк 543	Напиток из ягод "Ассорти" без сахара	200	0,19	0,07	6,58	15,64
-	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>24,31</b>	<b>24,29</b>	<b>112,19</b>	<b>733,92</b>
<b>Итого</b>			<b>39,83</b>	<b>39,31</b>	<b>201,61</b>	<b>1272,24</b>
<b>Неделя 2 день 2</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
469/2004	Фрикадельки мясные в молочном соусе	100	9,60	12,00	12,40	237,00
тгк 523	Булгур отварной/кукуруза отварная	100/50	6,74	4,42	18,23	123,40
648/2004	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
	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 'Завтрак'</b>			<b>21,17</b>	<b>18,04</b>	<b>68,86</b>	<b>538,36</b>
<i><b>Обед</b></i>						
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
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	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>23,73</b>	<b>27,60</b>	<b>87,98</b>	<b>683,57</b>
<b>Итого</b>			<b>44,90</b>	<b>45,64</b>	<b>156,84</b>	<b>1221,93</b>
<b>Неделя 2 день 3</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
245/1	Огурец "Пикантный"	60	0,46	0,5	1,96	12,92
тгк 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
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	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>
<i><b>Обед</b></i>						
132/1994	Суп из овощей с зеленым горошком с мясом со	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
тгк 540	Напиток из кураги и изюма без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукт	150	0,60	0,60	17,40	73,02
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>22,57</b>	<b>25,14</b>	<b>105,87</b>	<b>707,51</b>

		<b>Итого</b>	<b>40,01</b>	<b>41,39</b>	<b>183,90</b>	<b>1226,02</b>
	<b>Неделя 2 день 4</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
тгк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,02	5,83	18,66
-	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>79,73</b>	<b>562,02</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/20	4,92	6,15	24,65	161,51
тгк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Паста "Триколлини"	150	5,3	2,98	30,11	183,94
тгк 542	Напиток из ягод без сахара "Ягодный драйв"	200	0,16	0,04	2,42	10,52
-	Батон с отрубями	30	2,70	0,90	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>27,10</b>	<b>25,25</b>	<b>104,87</b>	<b>735,76</b>
	<b>Итого</b>		<b>45,89</b>	<b>43,40</b>	<b>184,60</b>	<b>1297,78</b>
	<b>Неделя 2 день 5</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b><u>Завтрак</u></b>					
1/2004	Бутерброд с маслом	15/10	2,23	1,48	9,73	55,36
43/2003	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
648/2004	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
-	Фрукт	100	0,40	0,40	11,60	48,68
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,76</b>	<b>19,44</b>	<b>71,97</b>	<b>513,31</b>
	<b><u>Обед</u></b>					
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	250/10	4,59	6,86	31,94	237,13
тгк 230/2	Тефтели "Ежики"	100	14,48	13,27	12,12	188,03
тгк 462/1	Булгур отварной с овощной смесью	150	5,09	4,23	16,2	145,26
тгк 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>47,27</b>	<b>45,00</b>	<b>177,75</b>	<b>1283,08</b>
	<b>Итого за (10 дней)</b>		<b>437,66</b>	<b>437,02</b>	<b>1841,42</b>	<b>12828,04</b>
	<b>Итого за (1 день)</b>		<b>43,77</b>	<b>43,70</b>	<b>184,14</b>	<b>1282,80</b>

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

Согласовано: Директор

Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "завтрак + обед" для детей ОВЗ 12 лет и старше (сахарный диабет) на II полугод. 2025-2026 уч год ( дотация 442 руб 34 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>						
<i><b>Завтрак</b></i>						
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/15	6,05	8,01	17,28	167,57
тгк 552	Каша молочная "Злаковый микс" с маслом сл без сахара	250/5	7,37	8,31	28,59	211,10
тгк 264	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,46</b>	<b>21,07</b>	<b>93,70</b>	<b>625,49</b>
<i><b>Обед</b></i>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк 456	Каша "Царская" с мясом	250	15,25	18,71	50,00	408,79
тгк 540	Напиток из кураги и изюма без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02
	Батон с отрубями	50	4,50	1,50	26,90	133,83
-	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>29,77</b>	<b>28,69</b>	<b>147,95</b>	<b>905,12</b>
<b>Итого</b>			<b>49,23</b>	<b>49,76</b>	<b>241,65</b>	<b>1530,61</b>
<b>Неделя 1 день 2</b>						
<i><b>Завтрак</b></i>						
тгк 410	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	100/30	11,24	12,18	11,62	199,13
469/1994	Паста "Триколлин"	180	6,36	5,57	40,93	220,73
705/2004	Напиток из шиповника без сахара	200	0,24	0,10	4,82	18,57
	Батон с отрубями	30	2,70	0,90	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>22,19</b>	<b>19,05</b>	<b>83,94</b>	<b>567,07</b>
<i><b>Обед</b></i>						
45/2004	Салат из квашеной капусты	100	1,06	0,8	4,8	30,83
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	180	3,73	4,4	26,49	159,10
тгк 542	Напиток из ягод без сахара	200	0,16	0,04	2,42	10,52
	Батон с отрубями	50	4,50	1,50	26,90	133,83
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35
-	Фрукт	150	0,6	0,6	17,4	73,02
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>26,16</b>	<b>26,99</b>	<b>128,74</b>	<b>814,05</b>
<b>Итого</b>			<b>48,35</b>	<b>46,04</b>	<b>212,68</b>	<b>1381,12</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>						
<i><b>Завтрак</b></i>						
492/2004	Плов из филе кури	250	16,65	18,84	47,91	449,18
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
тгк 562	Блины классические со сгущенным молоком	50/20	3,55	3,42	6,54	107,66
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>22,26</b>	<b>22,48</b>	<b>78,36</b>	<b>661,81</b>

		<b>Обед</b>					
129/1994	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/5/5	5,46	6,42	18,77	141,17	
тгк 466	Чиполлети из мяса Пикантные	100	10,54	14,63	11,06	220,62	
276/1994	Паста "Ригате" с сыром	180	8,01	5,61	35,11	223,05	
тгк 550	Напиток плодово-ягодный	200	0,41	0,17	10,87	31,63	
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35	
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	71,47	
		<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>30,29</b>	<b>28,75</b>	<b>129,57</b>	<b>832,47</b>	
		<b>Итого</b>	<b>52,55</b>	<b>51,23</b>	<b>207,93</b>	<b>1494,28</b>	
	<b>Неделя 1 день 4</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<b>Завтрак</b>					
297/1994	Запеканка из творога	200	15,21	16,95	35,60	320,89	
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64	
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	
-	Фрукт	130	0,50	0,50	15,08	63,28	
		<b>Итого за 'Завтрак'</b>	<b>19,75</b>	<b>18,00</b>	<b>77,59</b>	<b>544,00</b>	
		<b>Обед</b>					
120/1994	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/5/5	1,85	9,67	9,43	75,66	
тгк 452	Фрикассе из курицы	100	13,82	7,87	4,92	218,81	
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная	150/30	4,59	6,07	46,61	219,85	
тгк 544	Напиток из кураги без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02	
	Батон с отрубями	50	4,50	1,50	26,9	133,83	
-	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>27,86</b>	<b>25,90</b>	<b>128,43</b>	<b>805,86</b>	
		<b>Итого</b>	<b>47,61</b>	<b>43,90</b>	<b>206,02</b>	<b>1349,86</b>	
	<b>Неделя 1 день 5</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<b>Завтрак</b>					
1/2004	Бутерброд с сыром	15/15	1,88	1,33	9,68	13,86	
тгк 547	Зрза мясная по - Уральски	100	10,60	12,00	11,40	237,00	
472/1994	Картофельное пюре/капуста цветная отварная	150/50	4,15	4,9	29,43	176,79	
тгк 398	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	19,68	70,00	
-	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 'Завтрак'</b>	<b>20,26</b>	<b>18,73</b>	<b>94,69</b>	<b>613,17</b>	
		<b>Обед</b>					
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/5	3,21	4,85	23,60	127,39	
тгк 539	Мясо в сметанном соусе	100	12,13	14,72	7,6	244,99	
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,19	4,84	32,64	174,58	
тгк 555	Напиток из яблок б/сахара	200	0	0	11,95	50,17	
	Батон с отрубями	50	5,5	2,5	26,90	133,82	
-	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>28,41</b>	<b>27,67</b>	<b>126,80</b>	<b>837,65</b>	
		<b>Итого</b>	<b>48,67</b>	<b>46,40</b>	<b>221,49</b>	<b>1450,82</b>	
	<b>Неделя 2 день 1</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<b>Завтрак</b>					
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/20	7,46	12,23	17,33	211,70	
257/1994	Каша ячневая молочная с маслом сл	250/5	8,61	6,7	42,94	256,41	
тгк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,02	5,83	18,66	

-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	13,01	102,10
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,09</b>	<b>20,49</b>	<b>89,54</b>	<b>637,21</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
тгк 535	Мясное соте (мясо с овощами)	100	10,86	10,69	12,12	221,17
466/1994	Рис припущенный	180	6,54	7,32	32,19	247,65
тгк 543	Напиток из ягод "Ассорти" без сахара	200	0,19	0,07	6,58	15,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,20	14,07	67,17
-	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>29,20</b>	<b>26,79</b>	<b>121,63</b>	<b>872,78</b>
	<b>Итого</b>		<b>48,29</b>	<b>47,28</b>	<b>211,17</b>	<b>1509,99</b>
	<b>Неделя 2 день 2</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b>Завтрак</b>					
469/2004	Фрикадельки мясные в молочном соусе	100/30	9,60	12,00	12,40	237,00
тгк 523	Булгур отварной/кукуруза отварная	150/30	6,77	5,83	27,3	153,49
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
	Батон с отрубями	25	2,25	0,75	13,45	66,91
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>21,08</b>	<b>19,36</b>	<b>77,32</b>	<b>564,73</b>
	<b>Обед</b>					
245/1	Огурец "Пикантный"	50	0,38	0,19	1,63	10,76
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	250	17,75	19,05	43,79	442,74
тгк 541	Напиток из яблок с сухофруктами без сахара	200	0,41	0,17	10,87	31,63
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	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>26,41</b>	<b>25,97</b>	<b>121,11</b>	<b>835,17</b>
	<b>Итого</b>		<b>47,49</b>	<b>45,33</b>	<b>198,43</b>	<b>1399,90</b>
	<b>Неделя 2 день 3</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b>Завтрак</b>					
245/1	Огурец "Пикантный"	60	0,46	0,5	1,96	12,92
тгк 554	Кнели из мяса кур с сырным соусом	100/30	10,03	12,6	11,29	194,97
469/1994	Паста "Ригате"	180	6,36	5,57	40,93	220,73
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
	Батон с отрубями	30	2,70	0,90	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>21,28</b>	<b>19,89</b>	<b>80,81</b>	<b>557,90</b>
	<b>Обед</b>					
245/1	Помидор "Пикантный"	50	0,38	0,19	1,63	10,76
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	250	18,5	12,64	45,89	331,56
тгк 540	Напиток из кураги и изюма без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02
-	Батон с отрубями	50	5,5	2,5	26,90	133,82
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукт	140	0,56	0,56	16,24	103,04
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>30,79</b>	<b>27,06</b>	<b>132,78</b>	<b>814,11</b>
	<b>Итого</b>		<b>52,07</b>	<b>46,95</b>	<b>213,59</b>	<b>1372,01</b>

<b>Неделя 2 день 4</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
284/1994	Омлет натуральный с маслом сл	200/5	15,52	20,97	16,16	329,56
-	Йогурт	125	4,13	1,88	28,55	138,12
тгк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,02	5,83	18,66
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,20	14,07	67,17
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>23,00</b>	<b>24,31</b>	<b>87,62</b>	<b>655,61</b>
<i><b>Обед</b></i>						
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/20	4,92	6,15	24,65	161,51
тгк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,58	36,13	220,73
тгк 542	Напиток из ягод без сахара	200	0,16	0,04	2,42	10,52
	Батон с отрубями	50	5,5	2,5	26,90	133,82
	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>30,96</b>	<b>27,45</b>	<b>121,65</b>	<b>826,07</b>
<b>Итого</b>			<b>53,96</b>	<b>51,76</b>	<b>209,27</b>	<b>1481,68</b>
<b>Неделя 2 день 5</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i><b>Завтрак</b></i>						
1/2004	Бутерброд с маслом	15/15	2,33	1,58	9,83	76,36
43/2003	Суфле Рыбка с маслом сливочным	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая	150/50	4,15	4,9	29,43	176,79
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,90</b>	<b>20,77</b>	<b>79,43</b>	<b>556,44</b>
<i><b>Обед</b></i>						
45/2004	Салат из квашеной капусты	100	1,06	0,8	4,8	30,83
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	250/20	6,57	6,86	33,54	240,13
тгк 230/2	Тефтели "Ежики"	120	17,37	15,92	14,54	225,63
тгк 462/1	Булгур отварной с овощной смесью	180	3,71	5,07	19,44	174,31
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
<b>Итого</b>			<b>33,00</b>	<b>29,24</b>	<b>120,20</b>	<b>877,99</b>
<b>Итого за (10 дней)</b>			<b>481,22</b>	<b>457,89</b>	<b>2042,43</b>	<b>13848,26</b>
<b>Итого за (1 день)</b>			<b>48,12</b>	<b>45,79</b>	<b>204,24</b>	<b>1384,83</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524557

Владелец Леманова Юлия Анатольевна

Действителен с 16.02.2026 по 16.02.2027