



Согласовано: Директор *Ирина Степановна*  
 " 09 " *сентября* 2024 года

Утверждено: ИТ Петрова О.А.  
 О.А. Петрова  
 О.А. Петрова  
 О.А. Петрова

**Примерное 15 дневное Меню**

На питание учащихся с ограниченными возможностями и детей инвалидов

День: 1

Сезон:осенне-зимний

01.01.2024г

| 2022 г под ред.<br>В.А.Тутельяна и<br>Д.Б.Никитюка | Наименование блюда                                     | Выход (г) |                    | Цена  | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--|--|-----------|--------------------|-------|------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|  |  | 7-11лет   | 12 лет и<br>старше |       | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                   |
| ТК№1   | Бутерброд с маслом                                     | 40        | 40                 | 12,90 | 1,16             | 2,59  | 6,32     | 129,10                            |
| ТК№15  | чай с сахаром  | 200/15    | 200/15             | 3,00  | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 26,80                             |
| ТК№6   | Каша " Дружба"<br>Блин с начинкой<br>(клубника/яблоко) | 200/10    | 200/10             | 29,70 | 5,21             | 5,50  | 4,13     | 201,00                            |
| ТК№1   | Хлеб пшеничный в/с                                     | 100       | 100                | 26,70 | 3,00             | 5,00  | 29,00    | 190,00                            |
| Качест удост                                       | Хлеб пшеничный в/с                                     | 30        | 30                 | 3,50  | 3,68             | 1,28  | 25,12    | 128,52                            |
| ТК№16  | Какао на молоке  | 200       | 200                | 19,20 | 4,60             | 4,40  | 12,50    | 107,20                            |
| Итого БЖУ:   |  |           |                    |       | 17,85            | 18,77 | 83,57    |                                   |
| Итого:   |  |           |                    | 95,00 |                  |       |          | 782,62                            |

День 2

Сезон:осенне-зимний

|             |                         |          |          |       |       |       |       |        |
|-------------|-------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1        | Бутерброд с маслом      | 40       | 40       | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15       | чай с сахаром           | 200/15   | 200/15   | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№11       | Пельмени отварные п/ф   | 200/21   | 200/21   | 66,50 | 10,60 | 12,64 | 27,60 | 232,00 |
| УД.качества | Хлеб пшеничный в/с      | 60       | 60       | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№14       | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 200/15/7 | 5,60  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |

Сезон:осенне-зимний

|              |                       |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|-----------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1         | бутерброд с маслом    | 40     | 40     | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15        | чай с сахаром         | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТТК№3        | Котлета домашняя п/ф  | 100    | 100    | 45,60 | 3,87  | 6,02  | 9,23  | 235,00 |
| ТК№7         | Макароньы отварные    | 160    | 160    | 10,00 | 5,30  | 5,50  | 20,70 | 202,00 |
| ТК№20        | соус основной красный | 35     | 35     | 12,20 | 3,30  | 2,70  | 8,90  | 73,10  |
| Качест удост | Хлеб ржаной           | 60     | 60     | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№17        | Чай каркаде с сахаром | 200/15 | 200/15 | 4,30  | 0,10  | 0,00  | 6,80  | 28,80  |
| Итого БЖУ:   |                       |        |        | 95,00 | 17,61 | 18,09 | 83,57 | 823,32 |
| Итого:       |                       |        |        |       |       |       |       |        |

День 6

Сезон:осенне-зимний

|              |                                   |          |          |       |       |       |       |        |
|--------------|-----------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1         | бутерброд с маслом                | 40       | 40       | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15        | чай с сахаром                     | 200/15   | 200/15   | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№13        | Вареники отварные со сметаной п/ф | 210/20   | 210/20   | 66,50 | 11,72 | 14,82 | 33,58 | 370,00 |
| Качест удост | Хлеб пшеничный в/с                | 60       | 60       | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№14        | Чай с сахаром и лимоном           | 200/15/7 | 200/15/7 | 5,60  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |
| Итого БЖУ:   |                                   |          |          | 95,00 | 17,06 | 18,69 | 78,22 | 682,32 |
| Итого:       |                                   |          |          |       |       |       |       |        |

День 7

Сезон:осенне-зимний

|        |                    |    |    |       |      |      |      |        |
|--------|--------------------|----|----|-------|------|------|------|--------|
| К№1    | бутерброд с маслом | 40 | 40 | 12,90 | 1,16 | 2,59 | 6,32 | 129,10 |
| Итого: |                    |    |    |       |      |      |      |        |



|                |  |        |        |       |       |       |       |        |
|----------------|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TK№15          | чай с сахаром  | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TK№4           | Каша молочная с<br>масл. сл. (манная)<br>блин с начинкой | 200/10 | 200/10 | 29,70 | 4,80  | 5,20  | 3,08  | 228,21 |
| TK№1           | (клубника/яблоко)  | 100    | 100    | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| удост качества | хлеб пшеничный в/с                                       | 30     | 30     | 3,50  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| TK№16          | Какао на молоке  | 200    | 200    | 19,20 | 4,60  | 4,40  | 12,50 | 107,20 |
| Итого БЖУ:     |  |        |        | 95,00 | 17,44 | 18,47 | 82,52 | 809,83 |

День 8

Сезон:осенне-зимний

|              |                             |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|-----------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TK№1         | бутиерброд с маслом         | 40     | 40     | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| TK№15        | чай с сахаром               | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TK№4         | Тфтеля по домашнему         | 100    | 100    | 42,10 | 2,97  | 7,62  | 6,03  | 290,00 |
| TK№8         | Гречка отварная рассыпчатая | 160    | 160    | 19,60 | 6,20  | 3,90  | 18,90 | 238,90 |
| TK№20        | соус основной красный       | 50     | 50     | 6,10  | 3,30  | 2,70  | 8,90  | 73,10  |
| Качест удост | хлеб ржаной                 | 60     | 60     | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| TK№17        | Чай-каркаде с сахаром       | 200/15 | 200/15 | 4,30  | 0,10  | 0,00  | 6,80  | 28,80  |
| Итого БЖУ:   |                             |        |        | 95,00 | 17,61 | 18,09 | 78,57 | 915,22 |

День 9

Сезон:осенне-зимний

|       |                        |        |        |       |      |      |      |        |
|-------|------------------------|--------|--------|-------|------|------|------|--------|
| TK№1  | бутиерброд с маслом    | 37     | 37     | 10,00 | 1,16 | 2,59 | 6,32 | 129,10 |
| TK№15 | чай с сахаром          | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,80  |
| TK№12 | Печень по-строгановски | 75/55  | 75/55  | 62,00 | 7,44 | 9,30 | 5,85 | 200,50 |

|              |                   |        |     |       |       |       |       |        |
|--------------|-------------------|--------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№7         | Макароны отварные | 160    | 160 | 10,00 | 5,30  | 5,50  | 32,70 | 202,00 |
| Уд. Качества | хлеб ржаной       | 60     | 60  | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№15        | чай с сахаром     | 200/15 |     | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:   |                   |        |     |       | 17,98 | 18,67 | 82,99 |        |
| Итого:       |                   |        |     | 95,00 |       |       |       | 713,72 |

День 10

Сезон:осенне-зимний

|              |   |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|---|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1         | булгерброд с маслом                     | 40     | 40     | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15        | чай с сахаром                           | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№5         | Каша молочная с маслом<br>сл.(пшениная) | 200/10 | 200/10 | 29,70 | 6,30  | 6,41  | 2,33  | 288,00 |
| ТК№1         | Блин с начинкой<br>(клубника/яблоко)    | 100    | 100    | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| Качест удост | Хлеб пшеничный в/с                      | 30     | 30     | 3,50  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№29        | Кофейный напиток с молоком              | 200    | 200    | 19,20 | 2,85  | 2,41  | 13,38 | 91,00  |
| Итого БЖУ:   |   |        |        |       | 17,19 | 17,69 | 82,65 |        |
| Итого        |   |        |        | 95,00 |       |       |       | 853,42 |

День 11

Сезон:осенне-зимний

|              |                              |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1         | булгерброд с маслом          | 40     | 40     | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15        | чай с сахаром                | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№10        | Плов из птицы (куриное филе) | 200/50 | 200/50 | 61,00 | 11,85 | 9,15  | 31,08 | 443,00 |
| ТК№26        | икра кабачковая              | 30     | 30     | 8,10  | 1,48  | 6,32  | 7,23  | 91,37  |
| Качест уд.ст | Хлеб ржаной                  | 60     | 60     | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№15        | Чай с сахаром                | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:   |                              |        |        |       | 18,57 | 19,34 | 82,75 |        |
| Итого        |                              |        |        | 95,00 |       |       |       | 845,59 |

День 12

Сезон:осенне-зимний

|                |                                   |          |          |       |       |       |       |        |
|----------------|-----------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1           | Бутерброд с маслом                | 40       | 40       | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15          | чай с сахаром                     | 200/15   | 200/15   | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№13          | Вареники отварные со сметаной п/ф | 210/20   | 210/20   | 66,50 | 11,72 | 14,82 | 35,58 | 370,00 |
| Удост качества | хлеб пшеничный в/с                | 60       | 60       | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№14          | Чай с сахаром и лимоном           | 200/15/7 | 200/15/7 | 5,60  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |
| Итого БЖУ:     |                                   |          |          |       | 17,06 | 18,69 | 80,22 |        |
| Итого          |                                   |          |          | 95,00 |       |       |       | 682,32 |

День 13

Сезон:осенне-зимний

|              |                                   |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|-----------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1         | Бутерброд с маслом                | 40     | 40     | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15        | чай с сахаром                     | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№13        | Каша "Дружба"                     | 200/10 | 200/10 | 29,70 | 6,21  | 5,73  | 15,13 | 201,00 |
| ТК№1         | Блин с начинкой (клубника/яблоко) | 100    | 100    | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 18,00 | 190,00 |
| Качест удост | Хлеб пшеничный в/с                | 30     | 30     | 3,50  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№16        | Какао На молоке                   | 200    | 200    | 19,20 | 4,60  | 4,40  | 12,50 | 107,20 |
| Итого БЖУ:   |                                   |        |        |       | 18,85 | 19,00 | 83,57 |        |
| Итого        |                                   |        |        | 95,00 |       |       |       | 782,62 |

День 14

Сезон:осенне-зимний

|              |                       |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|-----------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1         | Бутерброд с маслом    | 40     | 40     | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15        | чай с сахаром         | 200/15 | 200/15 | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№3         | Котлета Домашняя п/ф  | 100    | 100    | 45,60 | 5,87  | 6,02  | 9,23  | 235,00 |
| ТК№7         | Макаронны отварные    | 160    | 160    | 10,00 | 5,30  | 5,50  | 21,70 | 202,00 |
| ТК№20        | соус основной красный | 35     | 35     | 12,20 | 1,48  | 3,22  | 7,23  | 91,37  |
| Качест удост | Хлеб ржаной           | 60     | 60     | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№17        | Чай каркаде с сахаром | 200/15 | 200/15 | 4,30  | 0,10  | 0,00  | 6,80  | 28,80  |
| Итого БЖУ:   |                       |        |        |       | 17,79 | 18,71 | 82,90 |        |
| Итого        |                       |        |        | 95,00 |       |       |       | 841,59 |

День 15

Сезон:осенне-зимний

|              |   |          |          |       |       |       |       |        |
|--------------|---|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1         | бутерброд с маслом  | 40       | 40       | 12,90 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15        | чай с сахаром   | 200/15   | 200/15   | 3,00  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТТК№4        | Тэфеля по домашнему<br>Бобовые отварные (гороховое<br>пюре) | 100      | 100      | 42,10 | 2,97  | 6,62  | 6,03  | 290,00 |
| ТК№9         | Уд.качества<br>огурец соленый                               | 160      | 160      | 14,20 | 8,77  | 5,36  | 30,55 | 123,57 |
| Качест удост | хлеб ржаной   | 40       | 40       | 10,20 | 1,08  | 3,04  | 1,04  | 26,80  |
| ТК№14        | чай с сахаром и лимоном                                     | 60       | 60       | 7,00  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| Итого БЖУ:   |   | 200/15/7 | 200/15/7 | 5,60  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |
| Итого        |   |          |          | 95,00 | 18,16 | 18,89 | 82,26 | 752,69 |

Технолог

*Тучинская*

Гученко Е.Е.

Повар

*Тучева*

*Тучева А.Г.*