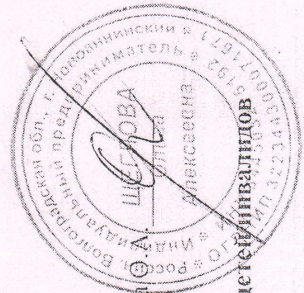




Согласовано: Директор  
"1" апреля 2025г.

И.А. Григорьев

Утверждаю: ИП Щеглова



Примерное 15 дневное Меню

Питание учащихся с ограниченными возможностями и детей инвалидов

День: 1

Сезон:осенне-зимний

01.04.2025г.

| № блюда по сборнику<br>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                 | 17,94 | 1,16             | 2,59  | 6,32     | 129,10                            |
| ТК№15                                                                     | чай с сахаром      | 200/10    | 200/10             | 3,43  | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 26,80                             |
| ТК№6                                                                      | Каша " Дружба"     | 200/10    | 200/10             | 39,00 | 5,21             | 5,50  | 4,13     | 201,00                            |
| удост качес                                                               | яблоко сезонное    | 100       | 100                | 27,60 | 2,00             | 3,00  | 25,00    | 180,00                            |
| Качест удост                                                              | Хлеб пшеничный в/с | 30        | 30                 | 3,60  | 3,68             | 1,28  | 25,12    | 128,52                            |
| ТК№15                                                                     | чай с сахаром      | 200/10    | 200/10             | 3,43  | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 26,80                             |
| Итого БЖУ:                                                                | ;                  |           |                    | 95,00 | 12,45            | 12,37 | 73,57    | 692,22                            |
| Итого:                                                                    |                    |           |                    |       |                  |       |          |                                   |

День 2

Сезон:зимне- весенний

|                 |                                                  |        |        |       |       |       |       |        |
|-----------------|--------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1            | бутерброд с маслом                               | 40     | 40     | 17,94 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15           | чай с сахаром                                    | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№3            | Каша молочная с масл.сл.(с<br>овсяными хлопьями) | 180/10 | 180/10 | 39,90 | 5,60  | 6,56  | 2,25  | 285,80 |
| ТК№1            | блин с начинкой                                  | 80     | 80     | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| удост. качества | хлеб пшеничный в/с                               | 30     | 30     | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№15           | чай с сахаром                                    | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:      |                                                  |        |        | 95,00 | 13,84 | 15,43 | 75,69 | 787,02 |
| Итого:          |                                                  |        |        |       |       |       |       |        |

День 3

Сезон:зимний-весенний

|       |                   |        |        |       |      |      |       |        |
|-------|-------------------|--------|--------|-------|------|------|-------|--------|
| ТК№2  | бутерброд с сыром | 40     | 40     | 13,74 | 4,49 | 5,73 | 12,83 | 235,13 |
| ТК№15 | чай с сахаром     | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20 | 0,00 | 6,50  | 26,80  |

|              |                       |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|-----------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№11        | Пельмени отварные п/ф | 180/15 | 180/15 | 67,20 | 10,60 | 12,64 | 27,60 | 232,00 |
| Уд. качества | Хлеб пшеничный в/с    | 60     | 60     | 7,20  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| ТК№15        | чай с сахаром         | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:   |                       |        |        | 95,00 | 19,17 | 19,65 | 78,55 | 649,25 |
| Итого:       |                       |        |        |       |       |       |       |        |

День 4

Сезон: зимне-весенний

|                |                         |          |          |       |       |       |       |        |
|----------------|-------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№36          | бутерброд с сыром       | 40       | 40       | 13,74 | 4,49  | 5,73  | 12,83 | 235,13 |
| ТК№15          | чай с сахаром           | 200/10   | 200/10   | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№4           | Каша молочная с         |          |          |       |       |       |       |        |
| ТК№1           | масл. сл. (манная)      | 200/10   | 200/10   | 41,53 | 4,80  | 5,20  | 3,08  | 228,21 |
| удост качества | блин с начинкой         | 80       | 80       | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| ТК№14          | хлеб пшеничный в/с      | 30       | 30       | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| Итого БЖУ:     | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 200/15/7 | 6,00  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |
| Итого:         |                         |          |          | 95,00 | 16,47 | 17,21 | 83,23 | 836,56 |
| День 5         |                         |          |          |       |       |       |       |        |

Сезон: зимний-весенний

|              |                         |          |          |       |       |       |       |        |
|--------------|-------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТК№1         | бутерброд с маслом      | 40       | 40       | 17,94 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| ТК№15        | чай с сахаром           | 200/10   | 200/10   | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| ТК№5         | Каша молочная с маслом  |          |          |       |       |       |       |        |
| ТК№1         | сл. (пшеничная)         | 200/10   | 200/10   | 37,33 | 6,30  | 6,41  | 2,33  | 288,00 |
| Качест удост | Блин с начинкой         | 80       | 80       | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| ТК№14        | Хлеб пшеничный в/с      | 30       | 30       | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| Итого БЖУ:   | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 200/15/7 | 6,00  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |
| Итого:       |                         |          |          | 95,00 | 14,64 | 15,28 | 75,97 | 790,32 |

День 6

Сезон: зимне-весенний

|       |                       |        |        |       |      |      |       |        |
|-------|-----------------------|--------|--------|-------|------|------|-------|--------|
| ТК№2  | бутерброд с сыром     | 40     | 40     | 13,74 | 4,49 | 5,73 | 12,83 | 235,13 |
| ТК№17 | Чай каркаде с сахаром | 200/15 | 200/15 | 5,22  | 0,10 | 0,00 | 6,80  | 28,80  |

|              |                              |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TKN№10       | Плов из птицы (куриное филе) | 200/50 | 200/50 | 65,00 | 11,85 | 14,30 | 38,20 | 443,00 |
| Качест удост | хлеб ржаной                  | 60     | 60     | 7,20  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| TKN№15       | чай с сахаром                | 200/15 | 200/15 | 3,84  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:   |                              |        |        |       | 20,32 | 21,31 | 89,45 |        |
| Итого:       |                              |        |        | 95,00 |       |       |       | 862,25 |

День 7

Сезон: зимне-весенний

|                 |                                              |        |        |       |       |       |       |        |
|-----------------|----------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TKN№1           | бутерброд с маслом                           | 40     | 40     | 17,94 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| TKN№15          | чай с сахаром                                | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TKN№3           | Каша молочная с маслом (с овсяными хлопьями) | 180/10 | 180/10 | 39,90 | 5,60  | 6,56  | 2,25  | 285,80 |
| TKN№1           | блин с начинкой                              | 80     | 80     | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| удост. качества | хлеб пшеничный в/с                           | 30     | 30     | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| TKN№15          | чай с сахаром                                | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:      |                                              |        |        |       | 13,84 | 15,43 | 75,69 |        |
| Итого:          |                                              |        |        | 95,00 |       |       |       | 787,02 |

День 8

Сезон: зимне-весенний

|              |                    |        |        |       |       |       |       |        |
|--------------|--------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TKN№1        | бутерброд с маслом | 40     | 40     | 17,94 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| TKN№15       | чай с сахаром      | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TKN№6        | Каша "Дружба"      | 200/10 | 200/10 | 39,00 | 5,21  | 5,50  | 4,13  | 201,00 |
| TKN№1        | Блин с начинкой    | 90     | 90     | 27,60 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| Качест удост | Хлеб пшеничный в/с | 30     | 30     | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| TKN№15       | чай с сахаром      | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:   |                    |        |        |       | 13,45 | 14,37 | 77,57 |        |
| Итого:       |                    |        |        | 95,00 |       |       |       | 702,22 |

День 9

Сезон: зимне-весенний

|              |                       |        |        |       |      |      |       |        |
|--------------|-----------------------|--------|--------|-------|------|------|-------|--------|
| TKN№2        | бутерброд с сыром     | 40     | 40     | 13,74 | 4,49 | 5,73 | 12,83 | 235,13 |
| TKN№17       | Чай каркаде с сахаром | 200/15 | 200/15 | 5,22  | 0,10 | 0,00 | 6,80  | 28,80  |
| TKN№3        | Котлета домашняя п/ф  | 100    | 100    | 52,00 | 3,87 | 6,02 | 9,23  | 235,00 |
| TKN№7        | Макаронные отварные   | 160    | 160    | 13,41 | 5,30 | 5,50 | 20,70 | 202,00 |
| Качест удост | Хлеб ржаной           | 60     | 60     | 7,20  | 3,68 | 1,28 | 25,12 | 128,52 |

|            |               |        |        |       |       |       |       |        |
|------------|---------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TK№15      | чай с сахаром | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ: |               |        |        |       | 17,64 | 18,53 | 81,18 |        |
| Итого      |               |        |        | 95,00 |       |       |       | 856,25 |

День 10

Сезон: зимний - весенний

|                |                         |          |          |       |       |       |       |        |
|----------------|-------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TK№36          | бутерброд с сыром       | 40       | 40       | 13,74 | 4,49  | 5,73  | 12,83 | 235,13 |
| TK№15          | чай с сахаром           | 200/10   | 200/10   | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TK№4           | каша молочная с         |          |          |       |       |       |       |        |
| TK№1           | масл. сл. (манная)      | 200/10   | 200/10   | 41,53 | 4,80  | 5,20  | 3,08  | 228,21 |
| удост качества | блин с начинкой         | 80       | 80       | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| TK№14          | хлеб пшеничный в/с      | 30       | 30       | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| Итого БЖУ:     | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 200/15/7 | 6,00  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |
| Итого:         |                         |          |          | 95,00 | 16,47 | 17,21 | 83,23 | 836,56 |

День 11

Сезон: зимний - весенний

|             |                    |        |        |       |       |       |       |        |
|-------------|--------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TK№1        | бутерброд с маслом | 40     | 40     | 17,94 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| TK№15       | чай с сахаром      | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TK№6        | каша "Дружба"      | 200/10 | 200/10 | 39,00 | 5,21  | 5,50  | 4,13  | 201,00 |
| удост качес | яблоко сезонное    | 100    | 100    | 27,60 | 2,00  | 3,00  | 25,00 | 180,00 |
| Качес удост | Хлеб пшеничный в/с | 30     | 30     | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| TK№15       | чай с сахаром      | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:  |                    |        |        | 95,00 | 12,45 | 12,37 | 73,57 | 692,22 |
| Итого:      |                    |        |        |       |       |       |       |        |

День 12

Сезон: зимний - весенний

|                |                               |        |        |       |       |       |       |        |
|----------------|-------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TK№36          | бутерброд с сыром             | 40     | 40     | 13,74 | 4,49  | 5,73  | 12,83 | 235,13 |
| TK№15          | чай с сахаром                 | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TK№13          | Вареники отварные со сметаной | 180/15 | 180/15 | 64,63 | 11,72 | 14,82 | 35,58 | 370,00 |
| удост качества | п/ф (картофель/ творог)       | 60     | 60     | 7,20  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
|                | хлеб пшеничный в/с            |        |        |       |       |       |       |        |

|            |                         |          |          |       |       |       |       |        |
|------------|-------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TKN№14     | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 200/15/7 | 6,00  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |
| Итого БЖУ: |                         |          |          |       | 20,39 | 21,83 | 86,73 |        |
| Итого      |                         |          |          | 95,00 |       |       |       | 788,35 |

День 13

Сезон: зимне-весенний

|              |                         |          |          |       |       |       |       |        |
|--------------|-------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TKN№1        | бутерброд с маслом      | 40       | 40       | 17,94 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| TKN№15       | чай с сахаром           | 200/10   | 200/10   | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TKN№5        | Каша молочная с маслом  | 200/10   | 200/10   | 37,33 | 6,30  | 6,41  | 2,33  | 288,00 |
| TTKN№1       | Блин с начинкой         | 80       | 80       | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| Качест удост | Хлеб пшеничный в/с      | 30       | 30       | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| TKN№14       | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 200/15/7 | 6,00  | 0,30  | 0,00  | 6,70  | 27,90  |
| Итого БЖУ:   |                         |          |          |       | 14,64 | 15,28 | 75,97 |        |
| Итого        |                         |          |          | 95,00 |       |       |       | 790,32 |

День 14

Сезон: зимне-весенний

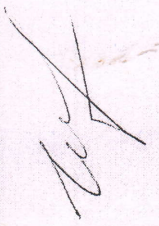
|                 |                                               |        |        |       |       |       |       |        |
|-----------------|-----------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| TKN№1           | бутерброд с маслом                            | 40     | 40     | 17,94 | 1,16  | 2,59  | 6,32  | 129,10 |
| TKN№15          | чай с сахаром                                 | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| TKN№3           | Каша молочная с масл.сл.(с овсяными хлопьями) | 180/10 | 180/10 | 39,90 | 5,60  | 6,56  | 2,25  | 285,80 |
| TTKN№1          | блин с начинкой                               | 80     | 80     | 26,70 | 3,00  | 5,00  | 29,00 | 190,00 |
| удост. качества | хлеб пшеничный в/с                            | 30     | 30     | 3,60  | 3,68  | 1,28  | 25,12 | 128,52 |
| TKN№15          | чай с сахаром                                 | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 26,80  |
| Итого БЖУ:      |                                               |        |        |       | 13,84 | 15,43 | 75,69 |        |
| Итого:          |                                               |        |        | 95,00 |       |       |       | 787,02 |

День 15

Сезон: зимне-весенний

|        |                              |        |        |       |      |      |       |        |
|--------|------------------------------|--------|--------|-------|------|------|-------|--------|
| TKN№1  | бутерброд с маслом           | 40     | 40     | 17,94 | 1,16 | 2,59 | 6,32  | 129,10 |
| TKN№15 | чай с сахаром                | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20 | 0,00 | 6,50  | 26,80  |
| TTKN№6 | котлета рыбная               | 100    | 100    | 40,00 | 9,10 | 8,10 | 32,00 | 290,00 |
| TKN№9  | Бобовые отварные (гороховое) | 180    | 180    | 23,00 | 4,40 | 4,08 | 24,66 | 123,52 |

|              |               |        |        |       |       |       |        |        |
|--------------|---------------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|--------|
| Качест удост | хлеб ржаной   | 60     | 60     | 7,20  | 3,68  | 1,28  | 25,12  | 128,52 |
| ТК№15        | чай с сахаром | 200/10 | 200/10 | 3,43  | 0,20  | 0,00  | 6,50   | 26,80  |
| Итого БЖУ:   |               |        |        |       | 18,74 | 16,05 | 101,10 |        |
| Итого:       |               |        |        | 95,00 |       |       |        | 724,74 |



Технолог

Повар

Гученко Е.Е.