

Согласовано
Ю. Е. Миллер
 Примерное двенадцатидневное меню по организации горячего питания для учащихся на

Утверждено

ХАФИС
 ХАРИСОВИЧ

2026 г."

(ОВЗ ОБЕД) СЕЗОН-ВЕСНА

№	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена ,руб
1-ая неделя				
1-ый день (понедельник)				
1	84	Щи из свежий капусты с курицей	250/25	
2	442	Сок в ассортименте	200	
3	б/н	Кондитерские изделия	50	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
2 - ой день (вторник)				
1	б/н	Фрукты	100	
2	76	Борщ из свежей капусты с говядиной	250/25	
3	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
3 - ий день (среда)				
1	99	Суп гороховый с курицей	250/25	
2	433	Какао с молоком	200	
3	б/н	Сок в ассортименте	200	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
4 - ый день (четверг)				
1	106	Суп из домашний лапши с курицей	250/25	
2	430	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
3	б/н	Фрукты	100	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
5 - ый день (пятница)				
1	96	Рассольник ленинградский с курицей	250/25	
2	431	Чай черный с сахаром	185/15	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
4	б/н	Кондитерское изделие (печенье, вафли)	50	
		Итого		77,76
6 - ый день (суббота)				
1	б/н	Овощи натуральные (огурцы соленные)	20	
2	283	Тефтели из говядины с соусом	60/30	
3	202	Макаронь отварные с маслом сливочным	150/5	
4	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
5	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76

2-ая неделя		1-ый день (понедельник)		
1	96	Рассольник ленинградский с курицей	250/25	
2	433	Какао с молоком	200	
3	б/н	Сок в ассортименте	200	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
2 - ой день (вторник)				
1	99	Суп гороховый с курицей	250/25	
2	б/н	Кондитерское изделие (печенье, вафли)	50	
3	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
3 - ий день (среда)				
1	б/н	Фрукты	200	
2	76	Борщ из свежей капусты с говядиной	250/25	
3	442	Сок в ассортименте	200	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
4 - ый день (четверг)				
1	106	Суп из домашний лапши с курами	250/25	
2	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
4	б/н	Кондитерское изделие (печенье, вфли)	50	
		Итого		77,76
5 - ый день (пятница)				
1	б/н	Фрукты	100	
2	84	Щи из свежий капусты с курицей	250/25	
3	430	Чай черный с сахаром лимоном	185/15/7	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
6 - ый день (суббота)				
1	282	Котлеты (биточки, шницель) куриные с соусом	60/30	
2	324	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	
3	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
4	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	
		Итого		77,76
		Всего сумма за 12 дней		933,12



Утверждаю



МЕНЮ

ОВ3-2025

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И КУРИЦЕЙ	250/25		7,20	8,37	6,81	132,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,4	40	0,70	0,04	1,82	10,86
КАРТОФЕЛЬ	30	24	0,47	0,10	3,79	17,93
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	57,14	32	5,80	5,00	0,00	68,29
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,75	4,90	37,20	208,50
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,75	4,90	37,20	208,50
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200		0,60	0,00	33,00	136,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			14,60	13,52	97,08	571,23
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			14,60	13,52	97,08	571,23



МЕНЮ
ОВЗ-2025

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ФРУКТЫ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/25		7,60	9,21	12,21	162,50
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	43,33	32,5	5,87	5,04	0,00	68,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,35	0,02	0,91	5,43
СВЕКЛА	53,33	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАРТОФЕЛЬ	23,08	18,46	0,36	0,07	2,92	13,78
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,14	0,02	0,81	4,01
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			11,05	9,86	51,76	342,93
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,05	9,86	51,76	342,93

**МЕНЮ****ОВЗ-2025****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ	250/25		10,38	8,64	14,99	179,49
КАРТОФЕЛЬ	50	40	0,78	0,16	6,32	29,88
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,57	0,25	7,47	46,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	57,14	32	5,80	5,00	0,00	68,29
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,75	3,01	14,74	102,29
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,58	0,40	11,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200		0,97	0,19	19,59	83,42
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	0,97	0,19	19,59	83,42
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			18,15	12,09	69,39	459,93
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,15	12,09	69,39	459,93



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРАМИ	250/25		7,29	10,13	14,40	177,96
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	25	25	4,41	4,46	0,00	57,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,88	0,22	12,20	58,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,69	3,28
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРУКТЫ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			10,74	10,78	53,95	358,39
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,74	10,78	53,95	358,39



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая я ценност
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	250/25		9,35	12,43	16,43	215,11
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	44,23	40,25	7,11	7,19	0,00	92,93
КАРТОФЕЛЬ	93,75	75	1,46	0,29	11,86	56,02
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,46	0,06	3,25	15,28
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,25	1,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	50		3,75	4,90	37,20	208,50
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,75	4,90	37,20	208,50
			16,35	17,68	88,70	578,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			16,35	17,68	88,70	578,34



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	20		0,16	0,02	0,34	2,60
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,16	0,02	0,34	2,60
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30		8,48	13,64	10,12	197,23
ГОВЯДИНА Б/К	45	38	6,86	5,90	0,00	80,35
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,59	0,05	3,89	18,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,27	0,04	1,59	7,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0,00	1,36	0,00	12,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,16	0,00	0,51	2,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		5,64	4,67	35,94	208,41
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,61	0,66	35,90	172,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			17,33	18,58	76,15	541,67
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,33	18,58	76,15	541,67

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая я ценност
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	200/5		7,60	8,50	13,16	160,16
КАРТОФЕЛЬ	75	60	1,16	0,23	9,49	44,81
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	4	0,36	0,04	2,60	12,22
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,06	0,01	0,32	1,59
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,6	12	0,10	0,01	0,19	1,51
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0,00	0,00	0,00	0,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	57,14	32	5,80	5,00	0,00	68,29
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,75	3,01	14,74	102,29
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,58	0,40	11,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200		0,97	0,19	19,59	83,42
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	0,97	0,19	19,59	83,42
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			15,37	11,95	67,56	440,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			15,37	11,95	67,56	440,60

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	250/25		10,82	10,56	18,71	213,29
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	31,87	29	5,12	5,18	0,00	66,95
КАРТОФЕЛЬ	62,5	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	50		3,75	4,90	37,20	208,50
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,75	4,90	37,20	208,50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			17,62	15,71	85,66	555,22
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,62	15,71	85,66	555,22



МЕНЮ
ОВЗ-2025

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ФРУКТЫ		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ		250/25	7,60	10,06	12,40	170,95
ГОВЯДИНА Б/К	38,51	32,5	5,87	5,04	0,00	68,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,35	0,02	0,91	5,43
СВЕКЛА	53,33	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАРТОФЕЛЬ	25	20	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ		200	0,60	0,00	33,00	136,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20/20	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			11,65	10,71	75,27	448,68
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,65	10,71	75,27	448,68



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРИЦЕЙ	250/25		7,29	10,13	14,40	177,96
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	25	25	4,41	4,46	0,00	57,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,88	0,22	12,20	58,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,69	3,28
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	50		3,59	4,56	35,45	197,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ	50	50	3,59	4,56	35,45	197,40
			13,93	14,94	79,60	508,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,93	14,94	79,60	508,79



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая я ценност
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	
Обед						
СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРИЦЕЙ	250/25		7,29	10,13	14,40	177,96
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	25	25	4,41	4,46	0,00	57,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,88	0,22	12,20	58,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,69	3,28
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	50		3,59	4,56	35,45	197,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА 1 СОРТ	50	50	3,59	4,56	35,45	197,40
			13,93	14,94	79,60	508,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,93	14,94	79,60	508,79



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ФРУКТЫ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250/25		8,83	12,24	8,49	179,90
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	44,23	40,25	7,11	7,19	0,00	92,93
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,87	0,05	2,28	13,58
КАРТОФЕЛЬ	37,5	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7		0,04	0,00	14,65	59,44
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	7	4,2	0,04	0,00	0,13	1,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			12,32	12,89	53,01	381,07
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,32	12,89	53,01	381,07



МЕНЮ

ОВЗ-2025

ДЕНЬ 12

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТЫ(БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) КУРИНЫЕ С СОУСОМ	60/30		9,53	12,30	10,45	190,57
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	47,6	43,3	7,64	7,73	0,00	99,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,2	10,2	0,76	0,06	4,97	23,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,8	5,8	0,75	0,00	3,46	16,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,4	29,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,27	1,7	0,02	0,00	0,12	0,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5	5	0,17	0,00	0,57	3,20
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		7,19	5,88	32,51	211,38
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	59,2	58,61	7,16	1,87	32,47	175,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113,8	113,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			19,77	18,43	72,71	535,38
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,77	18,43	72,71	535,38