

СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного учреждения

В. А. Стержникова



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Общепит-3»

М. Ваганова



**Меню основного (организованного) двухнедельного питания
для обучающихся с 12 лет и старше (ОВЗ, СВО, инвалиды)**

на весенний период

на 2024-2025 учебный год

Рацион: ОБЗ СВО ИНВАЛИДЫ с 12 и старше лет

День: вторник
Неделя: 1

№ ре- ц	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	7	
1	2	3	4	5	6	7		
Завтрак (1 смена)								
189 Партнер 2013	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 205/5	210	6,50	7,80	36,00		238,70	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога со сгущ. молоком 70/20	90	13	9,9	20,70		228,2	
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00	
Итого за Завтрак		550	23,60	18,20	91,70		631,90	
Обед (1,2 смена)								
Партнер 2013 №54	Борщ из свежей капусты со сметаной 245/5	250	1,90	5,80	12,6		110,90	
ТК21/10гр	Котлеты мясные с томатным соусом 60/40	100	10,20	9,20	11,20		169,10	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	180	3,80	6,40	26,20		177,40	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50		58,50	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50		112,50	
ТТК	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	40	3,10	0,40	17,90		90,80	
Итого за Обед		815	22,90	22,20	104,90		719,20	
Полдник (2 смена)								
189 Партнер 2013	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 205/5	210	6,50	7,80	36,00		238,70	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога со сгущ. молоком 70/20	90	13	9,9	20,70		228,2	
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00	
Итого за Полдник		550	23,6	18,2	91,7		631,9	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1365	46,5	40,4	196,6		1351,1	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	46,5	40,4	196,6		1351,1	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		168,04						
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		168,04						

Рацион: ОВЗ,СВО,ИНВАЛИДЫ с 12 и старше лет

День: вторник
Неделя: 2

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак (1 смена)							
тк21/1сгр	Котлеты мясные с томатным соусом 60/40	100	10,20	9,20	11,20		169,10
464 С6 1996	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	28,60		195,40
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00
ткк	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00
Итого за Завтрак			20,50	16,30	74,80		529,50
Обед (1,2 смена)							
55 партнер.2013	Свекольник со сметаной 245/5	250	2,00	4,30	13,20		99,20
тк24/1сгр	Биточки куриные с томатным соусом 60/40	100	8,5	5,90	14,10		143,90
133 Партнер.2013	Картофельное пюре	180	3,80	6,40	26,10		177,40
281 Партнер.2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50		56,50
ткк	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50		112,50
ткк	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	40	3,10	0,40	17,90		90,80
Итого за Обед			21,30	17,40	108,30		682,30
Полдник (2 смена)							
тк21/1сгр	Котлеты мясные с томатным соусом 60/40	100	10,20	9,20	11,20		169,10
464 С6 1996	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	28,60		195,40
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00
ткк	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00
Итого за Полдник			20,5	16,3	74,8		529,5
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)			41,8	33,7	183,1		1211,8
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)			41,8	33,7	183,1		1211,8
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)			168,04				
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)			168,04				

Рацион: ОВЗ,СВО,ИНВАЛИДЫ с 12 и старше лет
 Период: ВЕСНА
 День: понедельник
 Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	7	
1	2	3	4	5	6	7		
Завтрак (1 смена)								
204,225партнер2013	Макароны отварные с соусом томатным 220/30	250	8,40	6,30	54,60		323,90	
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
пром	Ванюшкины сладости "Оладушки"	40	2,00	5,60	24,80		160,00	
ТК 42 сб1983	Сыр порц	12	3,20	3,2	0,0		43,3	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00	
Итого за Завтрак		552	17,70	15,60	114,40		692,20	
Обед (1,2 смена)								
63 Партнер.2013	Суп картофельный с горохом и грибами 240/10	250	7,0	5,50	27,20		163,20	
Сб 1986 № 464	Каша гречневая с маслом сливочным	180	5,60	5,90	24,90		175,90	
ТК24/10гр	Биточки куриные с томатным соусом 60/40	100	8,5	5,90	14,10		143,90	
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50		112,50	
ТТК	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	40	3,10	0,40	17,90		90,80	
Итого за Обед		815	27,90	18,10	116,60		726,30	
Полдник (2 смена)								
204,225партнер2013	Макароны отварные с соусом томатным 220/30	250	8,40	6,30	54,60		323,90	
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
пром	Ванюшкины сладости "Оладушки"	40	2,00	5,60	24,80		160,00	
ТК 42 сб1983	Сыр порц	12	3,20	3,2	0,0		43,3	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00	
Итого за полдник		552	17,70	15,60	114,40		692,20	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1367	45,6	33,7	231		1418,5	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1367	45,6	33,7	231		1418,5	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		168,04						
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		168,04						

Рацион: ОВЗ,СВО,ИНВАЛИДЫ с 12 и старше лет

День: понедельник
Неделя: 2

№ ре- ц	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	7	
1	2	3	4	5	6	7		
Завтрак (1 смена)								
№25/1сгр	Орицадельки куриные с томатным соусом 60/40	100	7,02	5,40	9,30		114,70	
204 Партнер 2013	Макаронные изделия с маслом сливочным	200	7,4	5,7	48,00		275,4	
№277 партнер2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70		100,00	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00	
Итого за Завтрак		550	22,12	14,90	96,00		615,10	
Обед (1,2 смена)								
52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты со сметаной 245/5	250	1,60	5,00	8,00		83,50	
96 Партнер 2013	Плов из говядины	180	11,4	24,50	41,80		434,30	
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
ТТК16	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80		47,00	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50		112,50	
ТТК	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	40	3,10	0,40	17,90		90,80	
Итого за Обед		815	20,2	30,7	110		808,1	
Полдник (2 смена)								
№25/1сгр	Орицадельки куриные с томатным соусом 60/40	100	7,02	5,40	9,30		114,70	
204 Партнер 2013	Макаронные изделия с маслом сливочным	200	7,4	5,7	48,00		275,4	
№277 партнер2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70		100,00	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00	
Итого за Полдник		550	22,12	14,9	96		615,1	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)								
		1365	42,32	45,6	206		1423,2	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)								
		1365	42,32	45,6	206		1423,2	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)								
		168,04						
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)								
		168,04						

Рацион: ОБЗ,СВО,ИНВАЛИДЫ с 12 и старше лет

День: пятница
Неделя: 1

№ ре- ц	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6		
1	2	3	4	5	6	7		
Завтрак (1 смена)								
96 Партнер 2013	Плов из говядины 27/173	200	12,9	27,30	46,30	482,50		
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00		
Пром	Кисломолочный продукт для детского питания	100	2,50	2,90	12,60	84,50		
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00	125,00		
Итого за Завтрак		550	19,50	30,70	93,90	732,00		
Обед (1,2 смена)								
52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты со сметаной 245/5	250	1,60	5,00	8,00	83,50		
ТТК/Пр	Тертели с рисом с соусом томатным 60/40	100	8,10	14,60	5,8	187,40		
Сб 1996 № 464	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	28,60	195,40		
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50		
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50	112,50		
ТТК	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	40	3,10	0,40	17,90	90,80		
Итого за Обед		835	22,9	27	97,3	728,1		
Полдник (2 смена)								
96 Партнер 2013	Плов из говядины 27/173	200	12,9	27,30	46,30	482,50		
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00		
Пром	Кисломолочный продукт для детского питания	100	2,50	2,90	12,60	84,50		
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00	125,00		
Итого за полдник		550	19,50	30,70	93,90	732,00		
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1385	42,4	57,7	191,2	1460,1		
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1385	42,4	57,7	191,2	1460,1		
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		168,04						
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		168,04						

Рацион: ОБЗ.СВО.ИНВАЛИДЫ с 12 и старше лет

День: среда
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6				
Завтрак (1 смена)									
тк23/1ср	Тефтели с рисом с томатным соусом 60/40	100	8,1	14,60	5,80				187,40
464 СБ 1996	Каша гречневая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	28,60				195,40
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00				40,00
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00				125,00
Итого за Завтрак		550	18,40	21,70	69,40				547,80
Обед (1,2 смена)									
56 Партнер 2013	Рассольник по Ленинградски со сметаной 245/5	250	2,40	4,40	14,9				110,00
ТТК 20/3	Куриные "Наггетсы" запеченные с томатным соусом 40/60	100	11,40	6,10	10,30				144,20
204 партнер.2013	Макароны отварные с маслом сливочным	180	6,30	5,00	44,30				252,00
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30				50,60
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50				112,50
ТТК	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек 8» для детского питания	40	3,10	0,40	17,90				90,80
Итого за Обед		815	26,99	16,39	122,20				760,10
Полдник (2 смена)									
тк23/1ср	Тефтели с рисом с томатным соусом 60/40	100	8,1	14,60	5,80				187,40
464 СБ 1996	Каша гречневая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	28,60				195,40
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00				40,00
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00				125,00
Итого за Полдник		550	18,4	21,7	69,4				547,8
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1365	45,39	38,09	191,6				1307,9
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	45,39	38,09	191,6				1307,9
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		168,04							
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		168,04							

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак (1 смена)							
175 партнер2013	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 205/5	210	6,20	7,30	43,90	281,50	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога с повидлом 70/20	90	13	9,9	20,70	228,2	
№273 партнер 2013	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2	41,0	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00	125,00	
Итого за Завтрак		550	23,50	17,74	99,80	675,70	
Обед (1,2 смена)							
Сб 1983 № 216	Суп Крестьянский со сметаной 245/5	250	1,90	4,70	11,9	102,30	
ТК221/сгр	Биточки рыбные с томатным соусом 60/40	100	10,21	2,70	12,10	114,25	
204 партнер2013	Макароны отварные с маслом сливочным	180	6,30	5,00	44,30	252,00	
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50	112,50	
ТТК	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8», для детского питания	40	3,10	0,40	17,90	90,80	
Итого за Обед		815	25,30	13,29	121,00	722,45	
Полдник (2 смена)							
175 партнер2013	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 205/5	210	6,20	7,30	43,90	281,50	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога с повидлом 70/20	90	13	9,9	20,70	228,2	
№273 партнер 2013	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2	41,0	
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00	125,00	
Итого за Полдник		550	23,5	17,74	99,8	675,7	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1365	48,8	31,03	220,8	1398,15	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	48,8	31,03	220,8	1398,15	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		168,04					
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		168,04					

Рацион: ОБЗ СВО ИНВАЛИДЫ с 12 и старше лет

День: четверг
Неделя: 2

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	7	
1	2	3	4	5	6	7	7	
Завтрак (1 смена)								
тк24/1ср	Биточки куриные с томатным соусом 60/40	100	8,5	5,90	14,10	143,90		
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,10	29,10	197,00		
№273 партнер	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2	41,0		
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00	125,00		
Итого за Завтрак	Обед (1,2 смена)	550	17,00	13,54	78,40	506,90		
46 партнер2013	Икра морская	100	1,70	8,00	10,00	121,10		
63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом и грибами240/10	250	7,0	5,50	27,20	163,20		
96 Партнер 2013	Плов из говядины	180	11,4	24,50	41,80	434,30		
273 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00		
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50	112,50		
ТТК	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	40	3,10	0,40	17,90	90,80		
Итого за Обед	Полдник (2 смена)	815	26,9	38,8	129,4	961,9		
тк24/1ср	Биточки куриные с томатным соусом 60/40	100	8,5	5,90	14,10	143,90		
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,10	29,10	197,00		
№273 партнер	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2	41,0		
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8»	50	4,10	0,50	25,00	125,00		
Итого за полдник		550	17,00	13,54	78,40	506,90		
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1365	43,9	52,34	207,8	1468,8		
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	43,9	52,34	207,8	1468,8		
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		168,04						
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		168,04						

Рацион: ОВЗ, СВО, ИНВАЛИДЫ с 12 и старше лет

День: четверг
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	У	
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак (1 смена)							
тк24/1ср	Биточки рыбные с томатным соусом 60/40	100	10,20	2,70	12,11		114,25
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,10	29,10		197,00
274 партнер 2013	Чай витаминизированный Витолшка	200	0,08	0,00	11,80		45,20
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00
Итого за Завтрак		550	18,58	10,3	78,01		481,45
Обед (1,2 смена)							
№47 партнер 2013	Икра свекольная	100	1,80	7,20	9,20		107,50
59 партнер 2013	Суп картофельный с вермишелью	250	2,60	2,50	18,8		111,60
115 партнер2013	Рагу овощное с куриным филе 150/40	190	13,10	9,60	20,70		236,50
ТТК 12	Компот из ягодной смеси	200	0,20	0,10	11,60		48,00
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	45	3,70	0,40	22,50		112,50
ТТК	Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	40	3,10	0,40	17,90		90,80
Итого за Обед		825	24,50	20,20	100,70		706,90
Полдник (2 смена)							
тк24/1ср	Биточки рыбные с томатным соусом 60/40	100	10,20	2,70	12,11		114,25
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,10	29,10		197,00
274 партнер 2013	Чай витаминизированный Витолшка	200	0,08	0,00	11,80		45,20
ТТК	Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00		125,00
Итого за Полдник		550	18,58	10,3	78,01		481,45
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1375	43,08	30,5	178,71		1188,35
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1375	43,08	30,5	178,71		1188,35
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		168,04					
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		168,04					