

День 5 Неделя 1

Согласованно

ИП Чернецкая С.Д. \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор школы \_\_\_\_\_

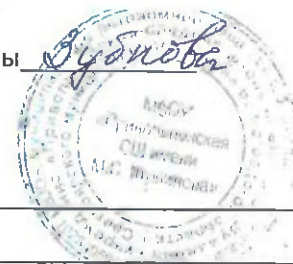


**Меню на 2025 год**  
**Питание для учащихся с ГПД**

| ОБЕД                       |          |           |      |          |           |          |           |          |           |          |           |
|----------------------------|----------|-----------|------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
| Наименование блюда         | Масса    | Масса     | Цена | белки    | белки     | жиры     | жиры      | углеводы | углеводы  | калории  | калории   |
|                            | 7-11 лет | 12-18 лет |      | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
| Овощи по сезону (порциями) | 60       | 100       | 15   | 0,48     | 0,80      | 0,15     | 0,10      | 1,02     | 1,70      | 6,62     | 11,00     |
| Щи из свежей капусты       | 250      | 300       | 20   | 1,30     | 1,56      | 4,42     | 5,31      | 3,45     | 4,14      | 59,00    | 70,87     |
| Пельмени на бульоне        | 200      | 200       | 65   | 19,70    | 19,70     | 22,00    | 22,00     | 66,20    | 66,20     | 528,00   | 528,00    |
| Напиток из шиповника       | 200      | 200       | 10   | 0,67     | 0,67      | 0,27     | 0,27      | 18,30    | 18,30     | 78,00    | 78,00     |
| Хлеб ржано-пшеничный       | 30       | 30        | 2,5  | 2,04     | 2,04      | 0,39     | 0,39      | 11,95    | 11,95     | 59,40    | 59,40     |
| Хлеб пшеничный формовой    | 30       | 30        | 2,5  | 2,28     | 2,28      | 0,24     | 0,24      | 14,77    | 14,77     | 70,27    | 70,27     |
| Итого за Обед              | 770      | 860       | 115  | 26,47    | 27,05     | 27,47    | 28,31     | 115,69   | 117,06    | 801,29   | 817,54    |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар

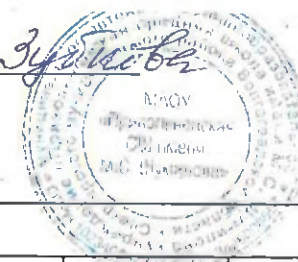


## Меню на 2025 год Питание для учащихся с ГПД

| ОБЕД                              |          |           |      |          |           |          |           |          |           |          |           |
|-----------------------------------|----------|-----------|------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
| Наименование блюда                | Масса    | Масса     | Цена | белки    | белки     | жиры     | жиры      | углеводы | углеводы  | калории  | калории   |
|                                   | 7-11 лет | 12-18 лет |      | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
| Салат из белокочанной капусты     | 60       | 100       | 15   | 0,87     | 1,45      | 3,61     | 6,00      | 5,06     | 8,40      | 56,62    | 94,00     |
| Суп картофельный с рисовой крупой | 250      | 300       | 20   | 2,77     | 3,33      | 3,52     | 4,23      | 9,8      | 11,77     | 82       | 98,5      |
| Биточки из птицы припущенные      | 90       | 90        | 50   | 18,06    | 18,06     | 16,25    | 16,25     | 9,67     | 9,67      | 256,71   | 256,71    |
| Пюре из бобовых с маслом          | 200      | 250       | 15   | 0,27     | 0,34      | 1,30     | 1,62      | 39,70    | 48,43     | 192,10   | 240,12    |
| Компот из смеси сухофруктов       | 200      | 200       | 10   | 0,60     | 0,60      | 0,10     | 0,10      | 20,10    | 20,10     | 84,00    | 84,00     |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 30       | 30        | 2,5  | 2,04     | 2,04      | 0,39     | 0,39      | 11,95    | 11,95     | 59,40    | 59,40     |
| Хлеб пшеничный формовой           | 30       | 30        | 2,5  | 2,28     | 2,28      | 0,24     | 0,24      | 14,77    | 14,77     | 70,27    | 70,27     |
| Итого за Обед                     | 860      | 1000      | 115  | 26,89    | 28,10     | 25,41    | 28,83     | 111,05   | 125,09    | 801,10   | 903,00    |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар



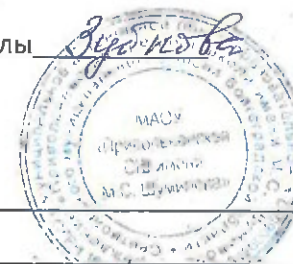
## Меню на 2025 год Питание для учащихся с ГПД

### ОБЕД

| Наименование блюда      | Масса      | Масса      | Цена       | белки        | белки        | жиры         | жиры         | углеводы      | углеводы      | калории       | калории       |
|-------------------------|------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
|                         | 7-11 лет   | 12-18 лет  |            | 7-11 лет     | 12-18 лет    | 7-11 лет     | 12-18 лет    | 7-11 лет      | 12-18 лет     | 7-11 лет      | 12-18 лет     |
| Салат из моркови        | 60         | 100        | 15         | 0,72         | 1,20         | 3,61         | 6,00         | 6,75          | 11,20         | 62,65         | 104,00        |
| Щи по-уральски          | 250        | 300        | 20         | 3,85         | 4,62         | 6,08         | 7,3          | 43,7          | 52,44         | 297,4         | 356,9         |
| Рагу из овощей и мяса   | 200        | 250        | 65         | 17,00        | 17,00        | 17,00        | 17,00        | 17,00         | 17,00         | 289,00        | 289,00        |
| Чай с сахаром           | 200        | 200        | 10         | 0,20         | 0,20         | 0,10         | 0,10         | 9,30          | 9,30          | 38,00         | 38,00         |
| Хлеб ржано-пшеничный    | 30         | 30         | 2,5        | 2,04         | 2,04         | 0,39         | 0,39         | 11,95         | 11,95         | 59,40         | 59,40         |
| Хлеб пшеничный формовой | 30         | 30         | 2,5        | 2,28         | 2,28         | 0,24         | 0,24         | 14,77         | 14,77         | 70,27         | 70,27         |
| <b>Итого за Обед</b>    | <b>770</b> | <b>910</b> | <b>115</b> | <b>26,09</b> | <b>27,34</b> | <b>27,42</b> | <b>31,03</b> | <b>103,47</b> | <b>116,66</b> | <b>816,72</b> | <b>917,57</b> |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар



## Меню на 2025 год Питание для учащихся с ГПД

### ОБЕД

| Наименование блюда                 | Масса    | Масса     | Цена | белки    | белки     | жиры     | жиры      | углеводы | углеводы  | калории  | калории   |
|------------------------------------|----------|-----------|------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
|                                    | 7-11 лет | 12-18 лет |      | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
| Салат из свеклы с зеленым горошком | 60       | 100       | 15   | 0,90     | 1,50      | 3,73     | 6,20      | 4,57     | 7,60      | 55,40    | 92,00     |
| Рассольник Ленинградский           | 250      | 300       | 20   | 2,62     | 3,10      | 2,58     | 3,10      | 21,08    | 25,30     | 159,50   | 191,40    |
| Макаронные изделия отварные        | 150      | 180       | 15   | 5,55     | 6,66      | 4,95     | 5,94      | 29,55    | 35,46     | 184,50   | 221,40    |
| Тефтели мясные паровые             | 90       | 90        | 50   | 12,5     | 12,5      | 14,1     | 14,1      | 20,93    | 20,93     | 149,64   | 149,64    |
| Чай каркаде                        | 200      | 200       | 10   | 0,00     | 0,00      | 0,01     | 0,01      | 14,00    | 14,00     | 56,00    | 56,00     |
| Хлеб ржано-пшеничный               | 30       | 30        | 2,5  | 2,04     | 2,04      | 0,39     | 0,39      | 11,95    | 11,95     | 59,40    | 59,40     |
| Хлеб пшеничный формовой            | 30       | 30        | 2,5  | 2,28     | 2,28      | 0,24     | 0,24      | 14,77    | 14,77     | 70,27    | 70,27     |
| Итого за Обед                      | 810      | 930       | 115  | 25,89    | 28,08     | 26,00    | 29,98     | 116,85   | 130,01    | 734,71   | 840,11    |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар

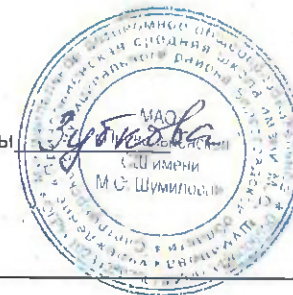
День 1 Неделя 1

Согласованно

ИП Чернецкая С.Д. \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор школы \_\_\_\_\_



## Меню на 2025 год Питание для учащихся с ГПД

### ОБЕД

| Наименование блюда          | Масса      | Масса       | Цена       | белки        | белки        | жиры         | жиры         | углеводы      | углеводы      | калории       | калории       |
|-----------------------------|------------|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
|                             | 7-11 лет   | 12-18 лет   |            | 7-11 лет     | 12-18 лет    | 7-11 лет     | 12-18 лет    | 7-11 лет      | 12-18 лет     | 7-11 лет      | 12-18 лет     |
| Овощи по сезону (порциями)  | 60         | 100         | 15         | 0,48         | 0,80         | 0,15         | 0,10         | 1,02          | 1,70          | 6,62          | 11,00         |
| Борщ с фасолью и картофелем | 250        | 300         | 20         | 3,67         | 4,41         | 5,62         | 6,74         | 40,95         | 49,14         | 229,10        | 274,92        |
| Картофельное пюре           | 200        | 250         | 15         | 5,40         | 6,75         | 8,00         | 10,00        | 11,60         | 14,50         | 140,00        | 175,00        |
| Кнели из птицы с рисом      | 100        | 100         | 50         | 11,50        | 11,50        | 10,30        | 10,30        | 5,40          | 5,40          | 160,00        | 160,00        |
| Напиток из шиповника        | 200        | 200         | 10         | 0,67         | 0,67         | 0,27         | 0,27         | 18,30         | 18,30         | 78,00         | 78,00         |
| Хлеб ржано-пшеничный        | 30         | 30          | 2,5        | 2,04         | 2,04         | 0,39         | 0,39         | 11,95         | 11,95         | 59,40         | 59,40         |
| Хлеб пшеничный формовой     | 30         | 30          | 2,5        | 2,28         | 2,28         | 0,24         | 0,24         | 14,77         | 14,77         | 70,27         | 70,27         |
| <b>Итого за Обед</b>        | <b>870</b> | <b>1010</b> | <b>115</b> | <b>26,04</b> | <b>28,45</b> | <b>24,97</b> | <b>28,04</b> | <b>103,99</b> | <b>115,76</b> | <b>743,39</b> | <b>828,59</b> |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар



День 2 Неделя 1

Согласованно

ИП Чернецкая С.Д. \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор школы \_\_\_\_\_



## Меню на 2025 год Питание для учащихся с ГПД

| ОБЕД                        |            |            |            |              |              |              |              |               |               |               |               |
|-----------------------------|------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Наименование блюда          | Масса      | Масса      | Цена       | белки        | белки        | жиры         | жиры         | углеводы      | углеводы      | калории       | калории       |
|                             | 7-11 лет   | 12-18 лет  |            | 7-11 лет     | 12-18 лет    | 7-11 лет     | 12-18 лет    | 7-11 лет      | 12-18 лет     | 7-11 лет      | 12-18 лет     |
| Салат витаминный            | 60         | 100        | 15         | 0,72         | 1,20         | 3,00         | 5,10         | 3,31          | 5,50          | 43,97         | 73,00         |
| Суп крестьянский с крупой   | 250        | 300        | 20         | 2,4          | 2,88         | 5            | 6            | 8,5           | 10,2          | 88,5          | 106,3         |
| Каша гречневая рассыпчатая  | 150        | 180        | 15         | 5,55         | 6,66         | 6,39         | 7,67         | 37,88         | 45,46         | 243,30        | 292,00        |
| Котлеты рубленые (с соусом) | 100        | 100        | 50         | 12,10        | 12,10        | 9,70         | 9,70         | 9,80          | 9,80          | 175,00        | 175,00        |
| Компот из смеси сухофруктов | 200        | 200        | 10         | 0,60         | 0,60         | 0,10         | 0,10         | 20,10         | 20,10         | 84,00         | 84,00         |
| Хлеб ржано-пшеничный        | 30         | 30         | 2,5        | 2,04         | 2,04         | 0,39         | 0,39         | 11,95         | 11,95         | 59,40         | 59,40         |
| Хлеб пшеничный формовой     | 30         | 30         | 2,5        | 2,28         | 2,28         | 0,24         | 0,24         | 14,77         | 14,77         | 70,27         | 70,27         |
| <b>Итого за Обед</b>        | <b>820</b> | <b>940</b> | <b>115</b> | <b>25,69</b> | <b>27,76</b> | <b>24,82</b> | <b>29,20</b> | <b>106,31</b> | <b>117,78</b> | <b>764,44</b> | <b>859,97</b> |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар

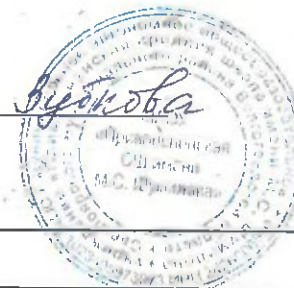
День 3 Неделя 1

Согласованно

ИП Чернецкая С.Д. \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор школы \_\_\_\_\_



## Меню на 2025 год Питание для учащихся с ГПД

| ОБЕД                     |          |           |      |          |           |          |           |          |           |          |           |
|--------------------------|----------|-----------|------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
| Наименование блюда       | Масса    | Масса     | Цена | белки    | белки     | жиры     | жиры      | углеводы | углеводы  | калории  | калории   |
|                          | 7-11 лет | 12-18 лет |      | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
| Салат из свёклы отварной | 60       | 100       | 15   | 0,84     | 1,40      | 3,67     | 6,10      | 4,57     | 7,60      | 54,82    | 91,00     |
| Суп-харчо                | 250      | 300       | 20   | 7,95     | 9,55      | 9,40     | 11,29     | 12,20    | 14,65     | 165,25   | 198,50    |
| Жаркое по-домашнему      | 200      | 250       | 65   | 11,80    | 14,75     | 10,30    | 12,87     | 45,80    | 57,25     | 307,00   | 399,10    |
| Чай каркаде              | 200      | 200       | 10   | 0,00     | 0,00      | 0,01     | 0,01      | 14,00    | 14,00     | 56,00    | 56,00     |
| Хлеб ржано-пшеничный     | 30       | 30        | 2,5  | 2,04     | 2,04      | 0,39     | 0,39      | 11,95    | 11,95     | 59,40    | 59,40     |
| Хлеб пшеничный формовой  | 30       | 30        | 2,5  | 2,28     | 2,28      | 0,24     | 0,24      | 14,77    | 14,77     | 70,27    | 70,27     |
| Итого за Обед            | 770      | 910       | 115  | 24,91    | 30,02     | 24,01    | 30,90     | 103,29   | 120,22    | 712,74   | 874,27    |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар

День 4 Неделя 1

Согласованно

Утверждаю

ИП Чернецкая С.Д. \_\_\_\_\_

Директор школы \_\_\_\_\_



**Меню на 2025 год**  
**Питание для учащихся с ГПД**

| ОБЕД                        |          |           |      |          |           |          |           |          |           |          |           |
|-----------------------------|----------|-----------|------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
| Наименование блюда          | Масса    | Масса     | Цена | белки    | белки     | жиры     | жиры      | углеводы | углеводы  | калории  | калории   |
|                             | 7-11 лет | 12-18 лет |      | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
| Икра овощная                | 60       | 100       | 15   | 0,78     | 1,30      | 1,63     | 2,70      | 2,29     | 3,80      | 27,11    | 45,00     |
| Суп Полевой                 | 250      | 300       | 20   | 2,86     | 4,00      | 2,96     | 4,15      | 13,84    | 19,37     | 254,00   | 356,00    |
| Макаронные изделия отварные | 150      | 180       | 15   | 5,55     | 6,66      | 4,95     | 5,94      | 29,55    | 35,46     | 184,50   | 221,40    |
| Тефтели мясные паровые      | 90       | 90        | 50   | 12,5     | 12,5      | 14,1     | 14,1      | 20,93    | 20,93     | 149,64   | 149,64    |
| Чай с сахаром               | 200      | 200       | 10   | 0,20     | 0,20      | 0,10     | 0,10      | 9,30     | 9,30      | 38,00    | 38,00     |
| Хлеб ржано-пшеничный        | 30       | 30        | 2,5  | 2,04     | 2,04      | 0,39     | 0,39      | 11,95    | 11,95     | 59,40    | 59,40     |
| Хлеб пшеничный формовой     | 30       | 30        | 2,5  | 2,28     | 2,28      | 0,24     | 0,24      | 14,77    | 14,77     | 70,27    | 70,27     |
| Итого за Обед               | 810      | 930       | 115  | 26,21    | 28,98     | 24,37    | 27,62     | 102,63   | 115,58    | 782,92   | 939,71    |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар