

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"  
М.В.Коршенко

Согласовано: Директор  
В.В.Шинкевич

Примерное 2-х недельное меню с 01.09.2026 "завтрак + обед" для детей ОВЗ 7-11 лет  
2026-2027.уч год ( дотация 373 руб 79 коп)

| Но-мер<br>реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюд)                 | Выход, г   | Белки,       | Жиры, г      | Угле-         | ЭЦ, ккал        |
|----------------|---------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
|                |                                                         |            | всего        | всего        | воды, г       |                 |
|                | <b>Неделя 1 день 1</b>                                  |            |              |              |               |                 |
|                | <b>Завтрак</b>                                          |            |              |              |               |                 |
| 3/2004         | Бутерброд с маслом и сыром 25/10/15                     | 50         | 6,05         | 8,01         | 17,28         | 167,57          |
| 35/2003        | Каша молочная Дружба с маслом сливочным 200/5           | 205        | 5,24         | 6,84         | 17,74         | 162,97          |
| тتك 533        | Топинг ягодный                                          | 30         | 0,03         | 0,04         | 5,45          | 21,44           |
| тتك 264        | Кофейный напиток с молоком                              | 200        | 3,14         | 3,21         | 14,39         | 96,37           |
|                | Батончик мюсли                                          | 25         | 1,25         | 1,24         | 13,51         | 102,10          |
|                | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                               | <b>510</b> | <b>15,71</b> | <b>19,34</b> | <b>68,37</b>  | <b>550,45</b>   |
|                | <b>Обед</b>                                             |            |              |              |               |                 |
| 138/1994       | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250/5/20 | 275        | 7,25         | 7,75         | 32,56         | 214,46          |
| тتك456         | Каша "Царская" с мясом                                  | 200        | 17,00        | 18,56        | 36,00         | 404,00          |
| тتك 540        | Напиток из кураги и изюма                               | 200        | 0,72         | 0,03         | 23,24         | 88,19           |
|                | Хлеб пшеничный витаминизированный                       | 30         | 1,98         | 0,2          | 14,07         | 67,17           |
| -              | Фрукт                                                   | 100        | 0,4          | 0,4          | 11,6          | 48,68           |
|                | <b>Итого за 'Обед'</b>                                  | <b>805</b> | <b>27,35</b> | <b>26,94</b> | <b>117,47</b> | <b>822,50</b>   |
|                | <b>Итого</b>                                            |            | <b>43,06</b> | <b>46,28</b> | <b>185,84</b> | <b>1372,953</b> |
|                | <b>Неделя 1 день 2</b>                                  | выход      | Б            | Ж            | У             | ЭЦ              |
|                | <b>Завтрак</b>                                          |            |              |              |               |                 |
| тتك 410        | Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе             | 130        | 11,24        | 12,18        | 11,62         | 199,13          |
| 469/1994       | Паста "Триколлини"                                      | 150        | 5,3          | 2,98         | 30,11         | 183,94          |
| 705/2004       | Напиток из шиповника                                    | 200        | 0,24         | 0,1          | 14,6          | 55,74           |
|                | Батон с отрубями                                        | 25         | 2,25         | 0,75         | 13,45         | 66,91           |
| -              | Фрукт                                                   | 100        | 0,4          | 0,4          | 11,6          | 48,68           |
|                | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                               | <b>605</b> | <b>19,43</b> | <b>16,41</b> | <b>81,38</b>  | <b>554,40</b>   |
|                | <b>Обед</b>                                             |            |              |              |               |                 |
| 45/2004        | Салат из квашеной капусты                               | 60         | 0,64         | 0,48         | 2,88          | 18,50           |
| 110/1994       | Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/5/5           | 260        | 2,18         | 5,47         | 17,26         | 131,40          |
| 43/2003        | Суфле Рыбка                                             | 100        | 11,29        | 13,70        | 16,79         | 198,00          |
| 472/1994       | Картофельное пюре                                       | 150        | 3,11         | 3,67         | 22,07         | 132,59          |
| тتك 542        | Напиток из ягод "Ягодный драйв"                         | 200        | 0,16         | 0,04         | 12,2          | 47,69           |
|                | Батон с отрубями                                        | 50         | 4,5          | 1,5          | 26,9          | 133,83          |
| -              | Хлеб ржаной                                             | 30         | 1,98         | 0,36         | 12,51         | 58,01           |
|                | <b>Итого за 'Обед'</b>                                  | <b>850</b> | <b>23,86</b> | <b>25,22</b> | <b>110,61</b> | <b>720,01</b>   |
|                | <b>Итого</b>                                            |            | <b>43,29</b> | <b>41,63</b> | <b>191,99</b> | <b>1274,41</b>  |
|                | <b>Неделя 1 день 3</b>                                  | выход      | Б            | Ж            | У             | ЭЦ              |
|                | <b>Завтрак</b>                                          |            |              |              |               |                 |
| 492/2004       | Плов из филе кури                                       | 200        | 13,32        | 15,07        | 38,33         | 353,98          |
| 628/1994       | Чай                                                     | 200        | 0,08         | 0,02         | 9,84          | 37,80           |
| -              | Хлеб пшеничный витаминизированный                       | 40         | 2,64         | 0,3          | 18,76         | 89,56           |
| тتك 562        | Блины классические со сгущенным молоком 60/10           | 70         | 3,02         | 3,2          | 5,44          | 105,66          |
|                | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                               | <b>510</b> | <b>19,06</b> | <b>18,59</b> | <b>72,37</b>  | <b>587,00</b>   |

|          |                                                        |            |              |              |               |                 |
|----------|--------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
|          | <u>Обед</u>                                            |            |              |              |               |                 |
| 129/1994 | Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной         | 260        | 5,46         | 6,42         | 18,77         | 141,17          |
| ттк 466  | Чиполлетти из мяса Пикантные                           | 100        | 10,54        | 14,63        | 11,06         | 220,62          |
| 276/1994 | Паста "Ригате" с сыром                                 | 150        | 6,67         | 4,68         | 29,26         | 185,88          |
| ттк 550  | Напиток плодово-ягодный                                | 200        | 0,41         | 0,17         | 17,65         | 68,79           |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                      | 20         | 0,70         | 0,12         | 9,37          | 44,77           |
| -        | Хлеб ржаной                                            | 20         | 1,32         | 0,24         | 8,34          | 38,68           |
|          | Батончик мюсли                                         | 25         | 1,25         | 1,24         | 13,51         | 71,47           |
|          | <b>Итого за 'Обед'</b>                                 | <b>775</b> | <b>26,35</b> | <b>27,50</b> | <b>108</b>    | <b>771,38</b>   |
|          | <b>Итого</b>                                           |            | <b>45,41</b> | <b>46,09</b> | <b>180,33</b> | <b>1358,384</b> |
|          |                                                        |            |              |              |               |                 |
|          | <u>Неделя 1 день 4</u>                                 | выход      | Б            | Ж            | У             | ЭЦ              |
|          | <u>Завтрак</u>                                         |            |              |              |               |                 |
| 297/1994 | Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/20       | 170        | 15,41        | 17,37        | 40,72         | 321,08          |
| 628/1994 | Чай                                                    | 200        | 0,08         | 0,02         | 9,84          | 37,80           |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                      | 30         | 1,98         | 0,2          | 14,07         | 67,17           |
| -        | Фрукт                                                  | 100        | 0,4          | 0,4          | 11,6          | 48,68           |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                              | <b>500</b> | <b>17,87</b> | <b>17,99</b> | <b>76,23</b>  | <b>474,73</b>   |
|          | <u>Обед</u>                                            |            |              |              |               |                 |
| 120/1994 | Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/5/5       | 260        | 1,96         | 3,67         | 9,43          | 75,66           |
| ттк 452  | Фрикасе из курицы                                      | 100        | 13,82        | 14,87        | 8,92          | 218,81          |
| ттк 358  | Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная        | 150        | 2,52         | 3,31         | 28,63         | 166,51          |
| ттк 544  | Напиток из кураги                                      | 200        | 0,72         | 0,03         | 23,24         | 88,19           |
|          | Батон с отрубями                                       | 25         | 2,25         | 0,75         | 13,45         | 66,91           |
| -        | Хлеб ржаной                                            | 25         | 1,65         | 0,30         | 10,43         | 48,35           |
|          | Выпечка                                                | 50         | 1,72         | 2,46         | 11,13         | 88,28           |
|          | <b>Итого за 'Обед'</b>                                 | <b>810</b> | <b>24,64</b> | <b>25,39</b> | <b>105,23</b> | <b>752,70</b>   |
|          | <b>Итого</b>                                           |            | <b>42,51</b> | <b>43,38</b> | <b>181,46</b> | <b>1227,437</b> |
|          |                                                        |            |              |              |               |                 |
|          |                                                        |            |              |              |               |                 |
|          | <u>Неделя 1 день 5</u>                                 | выход      | Б            | Ж            | У             | ЭЦ              |
|          | <u>Завтрак</u>                                         |            |              |              |               |                 |
| 1/2004   | Бутерброд с сыром 15/15                                | 30         | 1,88         | 1,33         | 9,68          | 13,86           |
| ттк 547  | Зраза мясная по - Уральски                             | 100        | 10,60        | 12,00        | 11,40         | 237,00          |
| 472/1994 | Картофельное пюре/капуста цветная отварная 100/50      | 150        | 4,15         | 4,9          | 29,43         | 176,79          |
| ттк 398  | Кисель с витаминами Витошка                            | 200        | 0            | 0            | 19,68         | 70,00           |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                      | 30         | 1,98         | 0,2          | 14,07         | 67,17           |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                              | <b>510</b> | <b>18,61</b> | <b>18,43</b> | <b>84,26</b>  | <b>564,82</b>   |
|          | <u>Обед</u>                                            |            |              |              |               |                 |
| 139/1994 | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 250/5 | 255        | 3,21         | 4,85         | 23,60         | 127,39          |
| ттк 539  | Мясо в сметанном соусе                                 | 100        | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 244,99          |
| 463/1994 | Каша гречневая рассыпчатая                             | 150        | 4,32         | 4,87         | 22,53         | 145,49          |
| ттк 555  | Напиток из яблок                                       | 200        | 0            | 0            | 18,95         | 70,71           |
|          | Батон с отрубями                                       | 30         | 2,7          | 0,9          | 16,14         | 80,30           |
| -        | Хлеб ржаной                                            | 30         | 1,98         | 0,36         | 12,51         | 58,01           |
|          | Фрукт                                                  | 100        | 0,4          | 0,4          | 11,6          | 48,68           |
|          | <b>Итого за 'Обед'</b>                                 | <b>865</b> | <b>24,74</b> | <b>26,10</b> | <b>112,93</b> | <b>775,57</b>   |
|          | <b>Итого</b>                                           |            | <b>43,35</b> | <b>44,53</b> | <b>197,19</b> | <b>1340,39</b>  |

|          |                                                              |            |              |              |               |                |
|----------|--------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|          |                                                              |            |              |              |               |                |
|          | <b>Неделя 2 день 1</b>                                       | выход      | Б            | Ж            | У             | ЭЦ             |
| 3/2004   | Бутерброд с маслом и сыром 25/10/15                          | 50         | 6,05         | 8,01         | 17,28         | 167,57         |
| 257/1994 | Каша ячневая молочная с маслом с/я 250/10                    | 260        | 7,52         | 6,59         | 21,01         | 193,13         |
| т/к 533  | Топинг ягодный                                               | 30         | 0,03         | 0,04         | 3,45          | 21,44          |
|          | Чай лимонный                                                 | 200        | 0,12         | 0,02         | 9,83          | 38,66          |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                            | 25         | 1,65         | 0,17         | 11,72         | 55,97          |
|          | Выпечка                                                      | 50         | 1,72         | 2,46         | 11,13         | 88,28          |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                                    | <b>615</b> | <b>17,09</b> | <b>17,29</b> | <b>74,42</b>  | <b>565,05</b>  |
|          | <b>Обед</b>                                                  |            |              |              |               |                |
| 138/1994 | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречкой 250/5/20       | 275        | 7,25         | 7,75         | 22,56         | 201,46         |
| т/к 467  | Азу из мяса по - домашнему                                   | 100        | 10,6         | 12,4         | 8,9           | 216,00         |
| 466/1994 | Рис припущенный                                              | 150        | 3,63         | 3,18         | 35,26         | 166,80         |
| т/к 543  | Напиток из ягод "Ассорти"                                    | 200        | 0,19         | 0,07         | 11,58         | 45,64          |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                            | 30         | 1,98         | 0,2          | 14,07         | 67,17          |
| -        | Хлеб ржаной                                                  | 25         | 1,65         | 0,3          | 10,43         | 48,35          |
|          | Батончик мюсли                                               | 25         | 1,25         | 1,24         | 13,51         | 71,47          |
|          | <b>Итого за 'Обед'</b>                                       | <b>805</b> | <b>26,55</b> | <b>25,14</b> | <b>116,31</b> | <b>816,88</b>  |
|          | <b>Итого</b>                                                 |            | <b>43,64</b> | <b>42,43</b> | <b>190,73</b> | <b>1381,93</b> |
|          |                                                              |            |              |              |               |                |
|          | <b>Неделя 2 день 2</b>                                       | выход      | Б            | Ж            | У             | ЭЦ             |
|          | <b>Завтрак</b>                                               |            |              |              |               |                |
| 469/2004 | Фрикадельки мясные в молочном соусе                          | 100        | 9,60         | 12,00        | 12,40         | 237,00         |
| т/к 523  | Булгур отварной/кукуруза отварная 100/50                     | 150        | 6,74         | 4,42         | 18,23         | 123,40         |
| 628/1994 | Чай                                                          | 200        | 0,08         | 0,02         | 9,84          | 37,80          |
|          | Батон с отрубями                                             | 30         | 2,7          | 0,9          | 16,14         | 80,30          |
| -        | Фрукт                                                        | 100        | 0,4          | 0,4          | 11,6          | 48,68          |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                                    | <b>580</b> | <b>19,52</b> | <b>17,74</b> | <b>68,21</b>  | <b>527,18</b>  |
|          | <b>Обед</b>                                                  |            |              |              |               |                |
| 245/1    | Огурец "Пикантный"                                           | 60         | 0,46         | 0,5          | 1,96          | 12,92          |
| 110/1994 | Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/5/5                | 260        | 2,18         | 5,47         | 17,26         | 131,40         |
| 394/1994 | Жаркое по - домашнему                                        | 200        | 16,4         | 20,64        | 28,23         | 354,1892       |
| т/к 541  | Напиток из яблок с сухофруктами                              | 200        | 0,41         | 0,17         | 27,43         | 105,96         |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                            | 30         | 1,98         | 0,2          | 14,07         | 67,17          |
| -        | Хлеб ржаной                                                  | 25         | 1,65         | 0,3          | 10,43         | 48,35          |
|          | <b>Итого за 'Обед'</b>                                       | <b>775</b> | <b>23,08</b> | <b>27,28</b> | <b>99,38</b>  | <b>719,98</b>  |
|          | <b>Итого</b>                                                 |            | <b>42,6</b>  | <b>45,02</b> | <b>167,59</b> | <b>1247,16</b> |
|          |                                                              |            |              |              |               |                |
|          | <b>Неделя 2 день 3</b>                                       | выход      | Б            | Ж            | У             | ЭЦ             |
|          | <b>Завтрак</b>                                               |            |              |              |               |                |
| 245/1    | Огурец "Пикантный"                                           | 60         | 0,46         | 0,5          | 1,96          | 12,92          |
| т/к 554  | Кнели из мяса кур с сырным соусом 100/30                     | 130        | 10,03        | 12,6         | 11,29         | 194,97         |
| 469/1994 | Паста "Ригате"                                               | 150        | 5,3          | 2,98         | 34,11         | 183,94         |
| т/к 417  | Напиток с витаминами Виташка                                 | 200        | 0            | 0            | 18,95         | 70,7104        |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                            | 25         | 1,65         | 0,17         | 11,72         | 55,97          |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                                    | <b>565</b> | <b>17,44</b> | <b>16,25</b> | <b>78,03</b>  | <b>518,51</b>  |
|          | <b>Обед</b>                                                  |            |              |              |               |                |
| 132/1994 | Суп из овощей с зеленым горошком с мясом со сметаной 250/5/5 | 260        | 3,15         | 7,53         | 13,15         | 125,90         |
| 403/1994 | Плов из мяса с куркумой                                      | 200        | 14,8         | 16,51        | 36,71         | 353,25         |
| т/к 540  | Напиток из кураги и изюма                                    | 200        | 1,02         | 0,06         | 23,18         | 87,60          |

|           |                                                    |            |               |               |                |                 |
|-----------|----------------------------------------------------|------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|
| -         | Хлеб пшеничный витаминизированный                  | 35         | 2,31          | 0,23          | 16,42          | 78,37           |
|           | Выпечка                                            | 50         | 1,72          | 2,46          | 11,13          | 88,28           |
|           | <b>Итого за 'Обед'</b>                             | <b>745</b> | <b>23</b>     | <b>26,79</b>  | <b>100,59</b>  | <b>733,40</b>   |
|           | <b>Итого</b>                                       |            | <b>40,44</b>  | <b>43,04</b>  | <b>178,62</b>  | <b>1251,91</b>  |
|           | <b>Неделя 2 день 4</b>                             | выход      | Б             | Ж             | У              | ЭЦ              |
|           | <u>Завтрак</u>                                     |            |               |               |                |                 |
| 284/1994  | Омлет натуральный с маслом 150/5                   | 155        | 11,64         | 14,84         | 10,62          | 247,17          |
| -         | Йогурт                                             | 125        | 4,13          | 1,88          | 28,55          | 138,12          |
| тгк 420   | Чай лимонный                                       | 200        | 0,12          | 0,02          | 9,83           | 38,66           |
| -         | Хлеб пшеничный витаминизированный                  | 25         | 1,65          | 0,17          | 11,72          | 55,97           |
|           | Батончик мюсли                                     | 25         | 1,25          | 1,24          | 13,51          | 102,10          |
|           | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                          | <b>530</b> | <b>18,79</b>  | <b>18,15</b>  | <b>74,23</b>   | <b>582,02</b>   |
|           | <u>Обед</u>                                        |            |               |               |                |                 |
| 167/1994  | Суп-пюре из разных овощей с гренками 200/20        | 220        | 4,92          | 6,15          | 24,65          | 161,51          |
| тгк 529   | Чахохбили из мяса кур                              | 100        | 11,64         | 14,42         | 7,44           | 192,80          |
| 469/1994  | Паста "Триколлини"                                 | 150        | 5,3           | 2,98          | 30,11          | 183,94          |
| тгк 542   | Напиток из ягод "Ягодный драйв"                    | 200        | 0,16          | 0,04          | 12,2           | 47,69           |
|           | Батон с отрубями                                   | 30         | 2,7           | 0,9           | 16,14          | 80,30           |
| -         | Хлеб ржаной                                        | 25         | 1,65          | 0,3           | 10,43          | 48,35           |
| -         | Фрукт                                              | 100        | 0,4           | 0,4           | 11,6           | 48,68           |
|           | <b>Итого за 'Обед'</b>                             | <b>825</b> | <b>26,77</b>  | <b>25,19</b>  | <b>112,57</b>  | <b>763,26</b>   |
|           | <b>Итого</b>                                       |            | <b>45,56</b>  | <b>43,34</b>  | <b>186,8</b>   | <b>1345,28</b>  |
|           | <b>Неделя 2 день 5</b>                             | выход      | Б             | Ж             | У              | ЭЦ              |
|           | <u>Завтрак</u>                                     |            |               |               |                |                 |
| 1/2004    | Бутерброд с маслом 15/10                           | 25         | 2,23          | 1,48          | 9,73           | 55,36           |
| 43/2003   | Суфле Рыбка                                        | 100        | 11,29         | 13,70         | 16,79          | 198,00          |
| 472/1994  | Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая 100/50 | 150        | 3,11          | 3,67          | 22,07          | 154,66          |
| 628/1994  | Чай                                                | 200        | 0,08          | 0,02          | 9,84           | 37,80           |
| -         | Хлеб пшеничный витаминизированный                  | 25         | 1,65          | 0,17          | 11,72          | 55,97           |
|           | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                          | <b>500</b> | <b>18,36</b>  | <b>19,04</b>  | <b>70,15</b>   | <b>501,79</b>   |
|           | <u>Обед</u>                                        |            |               |               |                |                 |
| 136/1994  | Суп картофельный с крупой с рыбой 250/10           | 260        | 4,59          | 6,86          | 31,94          | 237,13          |
| тгк 230/2 | Тефтели "Ежики"                                    | 100        | 14,48         | 13,27         | 12,12          | 188,03          |
| тгк 462/1 | Булгур отварной с овощной смесью                   | 150        | 5,09          | 4,23          | 16,2           | 145,26          |
| тгк 417   | Напиток с витаминами Витошка                       | 200        | 0             | 0             | 18,95          | 70,71           |
|           | Батон с отрубями                                   | 30         | 2,7           | 0,9           | 16,14          | 80,30           |
| -         | Хлеб ржаной                                        | 25         | 1,65          | 0,3           | 10,43          | 48,35           |
|           | <b>Итого за 'Обед'</b>                             | <b>765</b> | <b>29</b>     | <b>25,56</b>  | <b>105,78</b>  | <b>769,77</b>   |
|           | <b>Итого</b>                                       |            | <b>46,87</b>  | <b>44,60</b>  | <b>175,93</b>  | <b>1271,56</b>  |
|           | <b>Итого за (10 дней)</b>                          |            | <b>436,73</b> | <b>440,34</b> | <b>1836,48</b> | <b>13071,42</b> |
|           | <b>Итого за (1 день)</b>                           |            | <b>43,67</b>  | <b>44,03</b>  | <b>183,65</b>  | <b>1307,14</b>  |