

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

Согласовано: Директор

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

| Но-мер<br>реп.            | Прием пищи, наименование изделий (блюд)            | Выход, г | Белки,<br>всего | Жиры, г<br>всего | Угле-<br>воды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------------------------|----------------------------------------------------|----------|-----------------|------------------|------------------|----------------|
| <b>Неделя 1 день 1</b>    |                                                    |          |                 |                  |                  |                |
| <b>Завтрак</b>            |                                                    |          |                 |                  |                  |                |
| 3/2004                    | Бутерброд с маслом и сыром                         | 25/10/15 | 6,05            | 8,01             | 17,28            | 167,57         |
| 35/2003                   | Каша молочная Дружба с маслом сливочным без сахара | 200/5    | 5,12            | 6,68             | 22,42            | 169,71         |
| тتك 264                   | Кофейный напиток с молоком                         | 200      | 3,14            | 3,21             | 14,39            | 96,37          |
| -                         | Хлеб ржаной                                        | 20       | 1,32            | 0,24             | 8,34             | 38,68          |
| -                         | Батончик мюсли                                     | 25       | 1,25            | 1,24             | 13,51            | 102,10         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b> |                                                    |          | <b>16,88</b>    | <b>19,38</b>     | <b>75,94</b>     | <b>574,43</b>  |
| <b>Обед</b>               |                                                    |          |                 |                  |                  |                |
| 138/1994                  | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками     | 250/5/10 | 5,25            | 5,75             | 32,05            | 208,46         |
| тتك 511                   | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным с    | 100/30   | 11,13           | 15,65            | 12,57            | 270,5          |
| тتك 523                   | Булгур отварной                                    | 150      | 6,09            | 4,23             | 6,2              | 75,26          |
| тتك 540                   | Напиток из кураги и изюма без сахара               | 200      | 0,72            | 0,03             | 16,46            | 51,02          |
| -                         | Батон с отрубями                                   | 30       | 2,70            | 0,90             | 16,14            | 80,30          |
| -                         | Фрукт                                              | 150      | 0,6             | 0,6              | 17,4             | 73,02          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>    |                                                    |          | <b>26,49</b>    | <b>27,16</b>     | <b>100,82</b>    | <b>758,55</b>  |
| <b>Итого</b>              |                                                    |          | <b>43,37</b>    | <b>46,54</b>     | <b>176,76</b>    | <b>1332,98</b> |
| <b>Неделя 1 день 2</b>    |                                                    |          |                 |                  |                  |                |
| <b>Завтрак</b>            |                                                    |          |                 |                  |                  |                |
| тتك 410                   | Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе        | 100      | 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>19,50</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  | 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 без сахара "Ягодный драйв"         | 200      | 0,16            | 0,04             | 2,42             | 10,52          |
|                           | Батон с отрубями                                   | 50       | 4,5             | 1,5              | 26,9             | 133,83         |
| -                         | 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>24,26</b>    | <b>25,62</b>     | <b>112,43</b>    | <b>731,52</b>  |
| <b>Итого</b>              |                                                    |          | <b>43,76</b>    | <b>42,03</b>     | <b>193,81</b>    | <b>1285,92</b> |

|          | <b>Неделя 1 день 3</b>                           | выход   | Б            | Ж            | У             | ЭЦ             |
|----------|--------------------------------------------------|---------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|          | <b><u>Завтрак</u></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          |
| тк 562   | Блины классические с маслом сливочным            | 50/10   | 3,02         | 4,2          | 5,44          | 105,66         |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                        |         | <b>19,06</b> | <b>19,59</b> | <b>72,37</b>  | <b>587,00</b>  |
|          | <b><u>Обед</u></b>                               |         |              |              |               |                |
| 129/1994 | Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной   | 250/5/5 | 5,46         | 6,42         | 18,77         | 141,17         |
| тк 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         |
| тк 550   | Напиток из плодово-ягодный без сахара            | 200     | 0,41         | 0,17         | 10,87         | 31,63          |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                | 30      | 1,98         | 0,20         | 14,07         | 67,17          |
| -        | Хлеб ржаной                                      | 25      | 1,65         | 0,30         | 10,43         | 48,35          |
|          | Фрукт                                            | 100     | 0,40         | 0,40         | 11,60         | 48,68          |
|          | <b>Итого за 'Обед'</b>                           |         | <b>27,11</b> | <b>26,80</b> | <b>106,06</b> | <b>743,49</b>  |
|          | <b>Итого</b>                                     |         | <b>46,17</b> | <b>46,39</b> | <b>178,43</b> | <b>1330,50</b> |
|          |                                                  |         |              |              |               |                |
|          | <b>Неделя 1 день 4</b>                           | выход   | Б            | Ж            | У             | ЭЦ             |
|          | <b><u>Завтрак</u></b>                            |         |              |              |               |                |
|          | Масло сливочное порционно                        | 10      | 0,08         | 7,25         | 6,13          | 66,06          |
| 297/1994 | Запеканка из творога                             | 150     | 12,52        | 9,23         | 30,86         | 272,81         |
| 628/1994 | Чай без сахара                                   | 200     | 0,08         | 0,02         | 0,06          | 0,64           |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                | 35      | 2,31         | 0,23         | 16,42         | 78,37          |
| -        | Фрукт                                            | 120     | 0,48         | 0,48         | 13,92         | 58,41          |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                        |         | <b>15,47</b> | <b>17,21</b> | <b>67,39</b>  | <b>476,29</b>  |
|          | <b><u>Обед</u></b>                               |         |              |              |               |                |
| 120/1994 | Щи из свежей капусты с мясом со сметаной         | 250/5/5 | 1,96         | 3,67         | 9,43          | 75,66          |
| тк 452   | Фрикассе из курицы                               | 100     | 13,82        | 14,87        | 8,92          | 218,81         |
| тк 358   | Рис "Золотистый" (с куркумой)/кукуруза отварная  | 100/50  | 2,52         | 3,31         | 28,63         | 166,51         |
| тк 544   | Напиток из кураги без сахара                     | 200     | 0,72         | 0,03         | 16,46         | 51,02          |
|          | Батон с отрубями                                 | 30      | 2,70         | 0,90         | 16,14         | 80,30          |
| -        | Хлеб ржаной                                      | 30      | 1,98         | 0,36         | 12,51         | 58,01          |
|          | Фрукт                                            | 150     | 0,6          | 0,6          | 17,4          | 73,02          |
|          | <b>Итого за 'Обед'</b>                           |         | <b>24,30</b> | <b>23,74</b> | <b>109,49</b> | <b>723,33</b>  |
|          | <b>Итого</b>                                     |         | <b>39,77</b> | <b>40,95</b> | <b>176,88</b> | <b>1199,62</b> |
|          |                                                  |         |              |              |               |                |
|          | <b>Неделя 1 день 5</b>                           | выход   | Б            | Ж            | У             | ЭЦ             |
|          | <b><u>Завтрак</u></b>                            |         |              |              |               |                |
| 1/2004   | Бутерброд с сыром                                | 15/15   | 1,88         | 1,33         | 9,68          | 13,86          |
| тк 547   | Зразы мясные по - Уральски                       | 100     | 10,60        | 12,00        | 11,40         | 237,00         |
| 472/1994 | Картофельное пюре/капуста цветная отварная       | 100/50  | 4,15         | 4,9          | 29,43         | 176,79         |
| тк 398   | Кисель с витаминами Витошка                      | 200     | 0            | 0            | 19,68         | 70,00          |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный                | 25      | 1,65         | 0,17         | 11,72         | 55,97          |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                        |         | <b>18,28</b> | <b>18,40</b> | <b>81,91</b>  | <b>553,62</b>  |
|          | <b><u>Обед</u></b>                               |         |              |              |               |                |
| 139/1994 | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом | 250/5   | 3,21         | 4,85         | 23,60         | 127,39         |
| тк 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         |
| тк 555   | Напиток из яблок б/сахара                        | 200     | 0            | 0            | 11,95         | 50,17          |

|          |                                                |          |              |              |               |                |
|----------|------------------------------------------------|----------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|          | 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>24,74</b> | <b>26,10</b> | <b>105,93</b> | <b>755,03</b>  |
|          | <b>Итого</b>                                   |          | <b>43,02</b> | <b>44,50</b> | <b>187,84</b> | <b>1308,65</b> |
|          |                                                |          |              |              |               |                |
|          | <b>Неделя 2 день 1</b>                         | выход    | Б            | Ж            | У             | ЭЦ             |
|          | <b>Завтрак</b>                                 |          |              |              |               |                |
| 3/2004   | Бутерброд с маслом и сыром                     | 25/10/15 | 6,05         | 8,01         | 17,28         | 167,57         |
| 257/1994 | Каша ячневая молочная с маслом сл без сахара   | 200/10   | 7,21         | 6,93         | 30,99         | 193,54         |
| тتك 420  | Чай лимонный без сахара                        | 200      | 0,12         | 0,02         | 5,83          | 18,66          |
| -        | Хлеб ржаной                                    | 30       | 1,98         | 0,36         | 12,51         | 58,01          |
|          | Батончик мюсли                                 | 25       | 1,25         | 1,24         | 13,51         | 102,10         |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                      |          | <b>16,61</b> | <b>16,56</b> | <b>80,12</b>  | <b>539,89</b>  |
|          | <b>Обед</b>                                    |          |              |              |               |                |
| 138/1994 | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками | 250/5/20 | 7,25         | 7,75         | 32,56         | 214,46         |
| тتك 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         |
| тتك 543  | Напиток из ягод "Ассорти" без сахара           | 200      | 0,19         | 0,07         | 6,58          | 15,64          |
| -        | 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>24,05</b> | <b>24,00</b> | <b>108,97</b> | <b>728,75</b>  |
|          | <b>Итого</b>                                   |          | <b>40,66</b> | <b>40,56</b> | <b>189,09</b> | <b>1268,64</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         |
| тتك 523  | Булгур отварной/кукуруза отварная              | 100/50   | 4,97         | 4,42         | 18,23         | 123,40         |
| 648/2004 | Чай без сахара                                 | 200      | 0,08         | 0,02         | 0,06          | 0,64           |
|          | 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 'Завтрак'</b>                      |          | <b>19,40</b> | <b>18,04</b> | <b>68,86</b>  | <b>538,36</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  | 2,18         | 5,47         | 17,26         | 131,40         |
| 394/1994 | Жаркое по - домашнему                          | 200      | 16,4         | 20,64        | 28,23         | 354,1892       |
| тتك 541  | Напиток из яблок с сухофруктами без сахара     | 200      | 0,41         | 0,17         | 10,87         | 31,63          |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный              | 35       | 2,31         | 0,23         | 16,42         | 78,37          |
| -        | 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>24,14</b> | <b>27,77</b> | <b>98,85</b>  | <b>715,20</b>  |
|          | <b>Итого</b>                                   |          | <b>43,54</b> | <b>45,81</b> | <b>167,71</b> | <b>1253,56</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          |
| тتك 554  | Кнели из мяса кур с сырным соусом              | 100/30   | 10,03        | 12,6         | 11,29         | 194,97         |
| 469/1994 | Паста "Ригате"                                 | 150      | 5,3          | 2,98         | 34,11         | 183,94         |
| тتك 417  | Напиток с витаминами Витошка                   | 200      | 0            | 0            | 18,95         | 70,71          |
| -        | Хлеб пшеничный витаминизированный              | 25       | 1,65         | 0,17         | 11,72         | 55,97          |
|          | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                      |          | <b>17,44</b> | <b>16,25</b> | <b>78,03</b>  | <b>518,51</b>  |

|           |                                                      |         |               |               |                |                 |
|-----------|------------------------------------------------------|---------|---------------|---------------|----------------|-----------------|
|           | <u>Обед</u>                                          |         |               |               |                |                 |
| 132/1994  | Суп из овощей с зеленым горошком с мясом со сметаной | 250/5/5 | 3,15          | 7,53          | 13,15          | 125,90          |
| 403/1994  | Плов из мяса с куркумой                              | 200     | 14,8          | 16,51         | 36,71          | 353,25          |
| тتك 540   | Напиток из кураги и изюма без сахара                 | 200     | 0,72          | 0,03          | 16,46          | 51,02           |
| -         | Батон с отрубями                                     | 30      | 2,7           | 0,9           | 16,14          | 80,30           |
| -         | Хлеб ржаной                                          | 25      | 1,65          | 0,3           | 10,43          | 48,35           |
| -         | Фрукт                                                | 150     | 0,60          | 0,60          | 17,40          | 73,02           |
|           | <b>Итого за 'Обед'</b>                               |         | <b>23,62</b>  | <b>25,87</b>  | <b>110,29</b>  | <b>731,83</b>   |
|           | <b>Итого</b>                                         |         | <b>41,06</b>  | <b>42,12</b>  | <b>188,32</b>  | <b>1250,34</b>  |
|           |                                                      |         |               |               |                |                 |
|           | <b>Неделя 2 день 4</b>                               | выход   | Б             | Ж             | У              | ЭЦ              |
|           | <u>Завтрак</u>                                       |         |               |               |                |                 |
| 284/1994  | Омлет натуральный с маслом сл                        | 150/5   | 11,64         | 14,84         | 10,62          | 247,17          |
| -         | Йогурт                                               | 125     | 4,13          | 1,88          | 28,55          | 138,12          |
| тتك 420   | Чай лимонный без сахара                              | 200     | 0,12          | 0,02          | 5,83           | 18,66           |
| -         | 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>18,79</b>  | <b>18,15</b>  | <b>70,23</b>   | <b>562,02</b>   |
|           | <u>Обед</u>                                          |         |               |               |                |                 |
| 167/1994  | Суп-пюре из разных овощей с гречками                 | 250/20  | 4,92          | 6,15          | 24,65          | 161,51          |
| тتك 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          |
| тتك 542   | Напиток из ягод без сахара "Ягодный драйв"           | 200     | 0,16          | 0,04          | 2,42           | 10,52           |
|           | Батон с отрубями                                     | 30      | 2,70          | 0,90          | 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>27,10</b>  | <b>25,25</b>  | <b>104,87</b>  | <b>735,76</b>   |
|           | <b>Итого</b>                                         |         | <b>45,89</b>  | <b>43,40</b>  | <b>175,10</b>  | <b>1297,78</b>  |
|           |                                                      |         |               |               |                |                 |
|           | <b>Неделя 2 день 5</b>                               | выход   | Б             | Ж             | У              | ЭЦ              |
|           | <u>Завтрак</u>                                       |         |               |               |                |                 |
| 1/2004    | Бутерброд с маслом                                   | 15/10   | 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  | 3,11          | 3,67          | 22,07          | 154,66          |
| 648/2004  | Чай без сахара                                       | 200     | 0,08          | 0,02          | 0,06           | 0,64            |
| -         | Хлеб пшеничный витаминизированный                    | 25      | 1,65          | 0,17          | 11,72          | 55,97           |
| -         | Фрукт                                                | 100     | 0,40          | 0,40          | 11,60          | 48,68           |
|           | <b>Итого за 'Завтрак'</b>                            |         | <b>18,76</b>  | <b>19,44</b>  | <b>71,97</b>   | <b>513,31</b>   |
|           | <u>Обед</u>                                          |         |               |               |                |                 |
| 136/1994  | Суп картофельный с крупой с рыбой                    | 250/10  | 4,59          | 6,86          | 31,94          | 237,13          |
| тتك 230/2 | Тефтели "Ежики"                                      | 100     | 14,48         | 13,27         | 12,12          | 188,03          |
| тتك 462/  | Булгур отварной с овощной смесью                     | 150     | 5,09          | 4,23          | 16,2           | 145,26          |
| тتك 417   | Напиток с витаминами Витошка                         | 200     | 0             | 0             | 18,95          | 70,71           |
|           | 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>27,79</b>  | <b>24,86</b>  | <b>103,71</b>  | <b>756,65</b>   |
|           | <b>Итого</b>                                         |         | <b>46,55</b>  | <b>44,30</b>  | <b>175,68</b>  | <b>1269,96</b>  |
|           | <b>Итого за (10 дней)</b>                            |         | <b>433,79</b> | <b>436,60</b> | <b>1809,62</b> | <b>12797,94</b> |
|           | <b>Итого за (1 день)</b>                             |         | <b>43,38</b>  | <b>43,66</b>  | <b>180,96</b>  | <b>1279,79</b>  |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 164985917564444680201004650876480975563841541139

Владелец Шинкевич Елена Владимировна

Действителен с 03.03.2026 по 03.03.2027