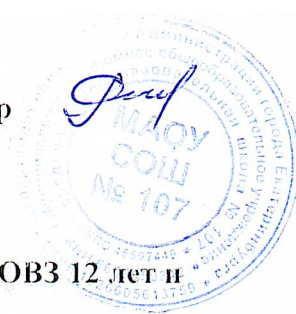


Утверждено: Директор ООО "ШБС № 11"

Согласовано: Директор

Т.Н. Зубрицкая



Примерное 2-х недельное меню с 01.09.2026 "завтрак + обед" для детей ОВЗ 12 лет и старше 2026-2027 уч год ( дотация 442 руб 34 коп)

| Но-мер<br>рек.            | Прием пищи, наименование изделий (блюд)                 | Выход,<br>г | Белки, г<br>всего | Жиры, г<br>всего | Угле-<br>воды, г | ЭЦ, ккал        |
|---------------------------|---------------------------------------------------------|-------------|-------------------|------------------|------------------|-----------------|
| <b>Неделя 1 день 1</b>    |                                                         |             |                   |                  |                  |                 |
| <b>Завтрак</b>            |                                                         |             |                   |                  |                  |                 |
| 3/2004                    | Хлеб с маслом и сыром                                   | 25/10/15    | 6,05              | 8,01             | 17,28            | 167,57          |
| тк 552                    | Каша молочная "Злаковый микс" с маслом сливочным        | 250/5       | 7,37              | 8,31             | 33,68            | 233,11          |
| тк 533                    | Топинг ягодный                                          | 30          | 0,03              | 0,04             | 5,45             | 21,44           |
| тк 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>17,84</b>      | <b>20,81</b>     | <b>84,31</b>     | <b>620,59</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          |
| тк 511                    | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным с томатом | 100/30      | 11,13             | 15,65            | 12,57            | 270,5           |
| тк 523                    | Булгур отварной                                         | 180         | 5,31              | 6,2              | 20,44            | 90,31           |
| тк 540                    | Напиток из кураги и изюма                               | 200         | 0,72              | 0,03             | 23,24            | 88,19           |
|                           | 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>29,16</b>      | <b>31,23</b>     | <b>126,98</b>    | <b>840,78</b>   |
| <b>Итого</b>              |                                                         |             | <b>47,00</b>      | <b>52,04</b>     | <b>211,29</b>    | <b>1461,37</b>  |
| <b>Неделя 1 день 2</b>    |                                                         |             |                   |                  |                  |                 |
| <b>Завтрак</b>            |                                                         |             |                   |                  |                  |                 |
| тк 410                    | Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе             | 100/30      | 11,24             | 12,18            | 11,62            | 199,13          |
| 469/1994                  | Паста "Триколлин"                                       | 180         | 6,36              | 5,57             | 40,93            | 220,73          |
| 705/2004                  | Напиток из шиповника                                    | 200         | 0,24              | 0,1              | 14,6             | 55,74           |
|                           | Батон с отрубями                                        | 30          | 2,7               | 0,9              | 16,14            | 80,295          |
| -                         | Фрукт                                                   | 100         | 0,4               | 0,4              | 11,6             | 48,68           |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b> |                                                         |             | <b>20,94</b>      | <b>19,15</b>     | <b>94,89</b>     | <b>604,5694</b> |
| <b>Обед</b>               |                                                         |             |                   |                  |                  |                 |
| 110/1994                  | Борщ с картофелем с мясом со сметаной                   | 250/10/5    | 3,18              | 5,47             | 17,26            | 133,40          |
| 43/2003                   | Суфле - фиш                                             | 100         | 11,29             | 13,70            | 16,79            | 198,00          |
| 472/1994                  | Картофельное пюре                                       | 180         | 3,73              | 4,4              | 26,49            | 159,10          |
| тк 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                                             | 40          | 2,64              | 0,48             | 16,68            | 77,35           |
|                           | Выпечка                                                 | 50          | 3,72              | 3,46             | 18,13            | 120,28          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>    |                                                         |             | <b>27,42</b>      | <b>28,45</b>     | <b>123,69</b>    | <b>816,12</b>   |
| <b>Итого</b>              |                                                         |             | <b>48,36</b>      | <b>47,6</b>      | <b>218,58</b>    | <b>1420,687</b> |