

УТВЕРЖДАЮ.

Индивидуальный предприниматель

Я.С.Юмагулова

17.08.2026 г.

Основное трудящееся меню для обеспечения горячим питанием

обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет с 01.09.2026 года

с учётом режима занятий – пять дней в неделю, суббота и воскресенье выходные дни

Вес блюда	Пищевые вещества, г

[illegible]

2	3	4	5	6
---	---	---	---	---

[illegible]

100	1.5	5.1	7.1
100	1.5	5.1	7.1

ная Приоскольская	100	15,0	19,6	21,8
				25,0

изделия отварные	180	3,9	6,3	33,8
	200	0	0	151

И ЛИМОНОМ	200	0	15,1
	60	49	217

[illegible]

Breno	640	27.3	32.0	101,5
-------	-----	------	------	-------

[illegible]

Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8
---------------	-----	-----	-----	-----

Bcero	100	0.4	0.4	9,8
				44,2

Итого за день	740	27.7	32.4	III,3
---------------	-----	------	------	-------

200	250	20	64	204
-----	-----	----	----	-----

200	28	3	20,7
200	28	3	20,7

100	15.8	13.2	18.6
200			
300			
400			
500			
600			
700			
800			
900			
1000			

ПЛЮС	60	4.9	0.8	21.7
Минус	60	4.9	0.8	21.7

INDIAN				
--------	--	--	--	--

Всего	610	26,4	23,5	81,4
-------	-----	------	------	------

[illegible]

100	0.4	0.4	0.8
100	0.4	0.4	0.8

Всего	100	0.4	0.4
из них:	710	268	239
			91.2

Итого за день	10	20,0	20,0	20,0

[illegible]

Неделя 1 день 3 Среда										
Завтрак	Салат овощной Свежест	100	1.5	7.1	5.2	91	56			
	Гуляш из свинины/курицы	120	15.8	28	4.9	334	80/90			
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,7	7,3	41,4	266	43			
	Чай с сахаром	200	0	0	15.0	60	38			
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183			
	Всего	660	30,9	43,2	88,2	865				
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36			
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44				
	Итого за день	760	31,3	43,6	98	909				
Неделя 1 день 4 Четверг										
Завтрак	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5.0	5.4	73	97			
	Биточек куриный	100	14,8	24,4	4,7	298	184			
	Макаронные изделия отварные	180	5,9	6.5	35,8	225	30			
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	15.0	60	32			
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183			
	Всего	640	27,2	36,7	82,6	770				
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36			
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44				
	Итого за день	740	27,6	37,1	92,4	814				
Неделя 1 день 5 Пятница										
Завтрак	Салат из свежих помидоров	100	1	13,2	3,5	136	371			
	Плов из мяса кур	200	16,5	11,3	35,9	311	41			
	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	18,2	73	372			
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183			
	Всего	560	22,4	25,3	79,3	634				
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36			
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44				
	Итого за день	660	22,8	25,7	89,1	678				
Неделя 1 день 6 Суббота – выходной день в образовательном учреждении										
Неделя 1 день 7 Воскресенье – выходной день в образовательном учреждении										

Неделя 2 день 1 Понедельник							
Завтрак	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,0	5,4	73	97
	Котлета куриная Приоскольская	100	15,0	19,6	21,8	323	138
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,7	7,3	41,4	266	43
	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	15,1	61	39
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,9	0,8	21,7	114	183
	Всего	640	30,2	32,7	105,4	837	
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44	36
	Всего	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Итого за день	740	30,6	33,1	115,2	881	
Неделя 2 день 2 Вторник							
Завтрак	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	6,4	20,4	151	369
	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	18,2	73	372
	Сдоба с творогом	100	15,8	13,2	18,6	256	87
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,9	0,8	21,7	114	183
	Всего	610	23,6	20,4	78,9	594	
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44	36
	Всего	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Итого за день	710	24	20,8	88,7	638	
Неделя 2 день 3 Среда							
Завтрак	Салат овощной Свежесть	100	1,5	7,1	5,2	91	56
	Филе кур, тушенное в соусе	110	18,8	10	2,9	177	27
	Макаронные изделия отварные	180	5,9	6,5	35,8	225	30
	Компот из вишни сушеной	200	0	0	16,0	64	281
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,9	0,8	21,7	114	183
	Всего	650	31,1	24,4	81,6	671	
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44	36
	Всего	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Итого за день	750	31,5	24,3	91,4	715	

Неделя 2 день 4 Четверг									
Завтрак	Салат из белокочанной капусты	100	1.5	5.1	7.1	80	40		
	Гречка по-купечески	200	16,9	17,2	33,1	355	370		
	Чай с сахаром	200	0	0	15,0	60	38		
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,9	0,8	21,7	114	183		
	Всего	560	23,3	23,1	76,9	609			
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44	36		
	Всего	100	0,4	0,4	9,8	44			
	Итого за день	660	23,7	23,5	86,7	653			
Неделя 2 день 5 Пятница									
Завтрак	Салат из свежих помидоров	100	1	13,2	3,5	136	371		
	Филе рыбы запечённое	100	17,4	8,4	6,1	169	13		
	Рис отварной со сливочным маслом	180	5,9	9,3	41,5	273	190		
	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	15,1	61	39		
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,9	0,8	21,7	114	183		
	Всего	640	29,2	31,7	87,9	753			
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44	36		
	Всего	100	0,4	0,4	9,8	44			
	Итого за день	740	29,6	32,1	97,7	797			
Неделя 2 день 6 Суббота – выходной день в образовательном учреждении									
Неделя 2 день 7 Воскресенье – выходной день в образовательном учреждении									