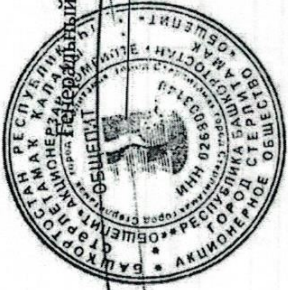




УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО «Общепит»

Дзобаев Т.А.



Меню основного (организованного) питания на осенне-зимний период для обучающихся с 12 лет и старше (ОВЗ) 2024-2025 учебный год

Период: осень-зима

Рацион: ОВЗ с 12 и старше

День: понедельник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
204,225партнер2013	Макаронны отварные с соусом томатным 170/30	200	6,20	6,20	43,70		259,00		
277 Партнер 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70		100,00		
ТТК 16	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80		47,00		
ТК 42 сб1983	Сыр порц	12	3,20	3,2	0,0		43,3		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50		129,00		
Итого за Завтрак			17,50	13,80	93,70		578,30		
Обед (1,2 смена)									
52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты со сметаной 245/5	250	1,60	5,10	8,30		85,10		
Сб 1996 № 464	Каша гречневая с маслом сливочным	180	5,60	5,90	24,90		175,90		
126 Партнер 2013	Котлеты куриные с томатным соусом 60/40	100	9,1	11,45	11,60		203,00		
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90		116,10		
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20		90,80		
Итого за Обед			23,10	23,45	97,90		710,90		
Полдник (2 смена)									
204,225партнер2013	Макаронны отварные с соусом томатным 170/30	200	6,20	6,20	43,70		259,00		
277 Партнер 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70		100,00		
ТТК 16	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80		47,00		
ТК 42 сб1983	Сыр порц	12	3,20	3,2	0,0		43,3		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50		129,00		
Итого за Полдник			17,5	13,8	93,7		578,3		
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)			40,6	37,25	191,6		1289,2		
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)			40,6	37,25	191,6		1289,2		
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)									
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)									

Рацион: ОВЗ с 12 и старше

День: вторник
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
189 Партнер 2013	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 205/5	210	6,50	7,80	36,00			238,70	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога со сущ, молоком 70/20	90	13	9,9	20,70			228,2	
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Завтрак									
Обед (1,2 смена)									
59 партнер	Суп картофельный с вермишелью	250	2,60	2,50	18,9			111,60	
99 Партнер 2013	Биточки мясные с томатным соусом 60/40	100	11,10	8,50	9,60			160,00	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	180	3,80	6,40	26,20			177,40	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50			58,50	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90			116,10	
тк	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20			90,80	
Итого за Обед									
Полдник (2 смена)									
189 Партнер 2013	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 205/5	210	6,50	7,80	36,00			238,70	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога со сущ, молоком 70/20	90	13	9,9	20,70			228,2	
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Полдник									
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)									
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)									
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)									
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)									
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена + Обед+полдник 2 смена)									
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена + Обед+полдник 2 смена)									

Рацион: ОБЗ с 12 и старше

День: среда
Неделя: 1

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
116 партнер 2013	Голубцы ленивые "Детские" с томатным соусом 60/40	100	5,4	5,45	7,10			100,00	
464 СБ 1996	Каша гречневая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	27,70			195,40	
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Завтрак			15,70	12,75	71,30			464,40	
Обед (1,2 смена)									
6 партнер 2013	Салат из белокачанной капусты с м/р	100	2,20	4,60	10,50			91,00	
56 Партнер 2013	Рассольник по Ленинградски со сметаной 245/5	250	2,40	4,40	14,9			110,00	
115 партнер 2013	Рагу овощное с куриным филе 150/40	190	13,10	9,60	20,70			236,50	
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30			50,60	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90			116,10	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20			90,80	
Итого за Обед			24,59	19,69	101,50			695,00	
Полдник (2 смена)									
116 партнер 2013	Голубцы ленивые "Детские" с томатным соусом 60/40	100	5,4	5,45	7,10			100,00	
464 СБ 1996	Каша гречневая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	27,70			195,40	
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)			15,7	12,75	71,3			464,4	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)			40,29	32,44	172,8			1159,4	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)			40,29	32,44	172,8			1159,4	
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)			164,46						
			164,46						

Рацион: ОВЗ с 12 и старше

День: четверг
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
96 Партнер 2013	Плов из говядины 27/173	200	12,9	27,30	46,30			482,50	
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
Пром	Кисломолочный продукт для детского питания	100	2,50	2,90	12,60			84,50	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Завтрак		550	19,5	30,9	95,4			736	
Обед (1,2 смена)									
63 Партнер 2013	Суп картофельный с чечевицей	250	7,50	5,50	25,10			172,50	
Ттк20/5	Куриные "Нагетсы" запеченные с томатным соусом 40/60	100	11,40	6,10	10,30			144,20	
204 партнер2013	Макарони отварные с маслом сливочным	180	6,30	5,00	44,30			252,00	
ТТК 12	Компот из ягодной смеси	200	0,20	0,10	11,60			48,00	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90			116,10	
тк	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20			90,80	
Итого за Обед		815	32,20	17,70	134,40			823,60	
Полдник (2 смена)									
96 Партнер 2013	Плов из говядины 27/173	200	12,9	27,30	46,30			482,50	
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
Пром	Кисломолочный продукт для детского питания	100	2,50	2,90	12,60			84,50	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Полдник		550	19,5	30,9	95,4			736	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1365	51,7	48,6	229,8			1559,6	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	51,7	48,6	229,8			1559,6	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		164,46							
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		164,46							

Рацион: ОВЗ с 12 и старше

День: пятница
Неделя: 1

№ ре- ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
НИИ № 54-14р	Котлета Рыбная Любительская с томатным соусом 60/40	100	7,80	5,10	5,20			88,90	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,10	29,10			167,50	
274 партнер 2013	Чай витаминизированный Витошка	200	0,08	0,00	11,80			45,20	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Завтрак		550	16,18	12,90	72,60			430,60	
Обед (1,2 смена)									
Сб 1983 № 216	Суп Крестьянский со сметаной 245/5	250	1,90	4,70	11,9			102,30	
116 партнер 2013	Голубцы ленивые "Детские"60/40	100	5,40	5,50	7,1			100,00	
Сб 1996 № 464	Каша гречневая с маслом сливочным	180	5,60	5,90	24,90			175,90	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50			58,50	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90			116,10	
тк	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20			90,80	
Итого за Обед		815	19,9	17,1	101,5			643,6	
Полдник (2 смена)									
НИИ № 54-14р	Котлета Рыбная Любительская с томатным соусом 60/40	100	7,80	5,10	5,20			88,90	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,10	29,10			167,50	
274 партнер 2013	Чай витаминизированный Витошка	200	0,08	0,00	11,80			45,20	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Полдник		550	16,18	12,9	72,6			430,6	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1365	36,08	30	174,1			1074,2	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	36,08	30	174,1			1074,2	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		164,46							
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		164,46							

Рацион: ОВЗ с 12 и старше

День: понедельник
Неделя: 2

№ ре- ц.	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
Тк20/5	Куриные "Наггетсы" запеченные с томатным соусом 40/60	100	11,40	6,10	10,30			144,20	
204 Партнер 2013	Макаронные изделия с маслом сливочным	200	7,4	5,8	48,00			275,4	
277 Партнер 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70			100,00	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Завтрак		550	26,50	15,90	98,50			648,60	
Обед (1,2 смена)									
52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты со сметаной 245/5	250	1,60	5,00	8,00			83,50	
96 Партнер 2013	Плов из говядины	180	11,4	24,50	41,80			434,30	
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
Пром	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80			47,00	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90			116,10	
тк	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20			90,80	
Итого за Обед		815	20,2	30,9	112,7			811,7	
Полдник (2 смена)									
Тк20/5	Куриные "Наггетсы" запеченные с томатным соусом 40/60	100	11,40	6,10	10,30			144,20	
204 Партнер 2013	Макаронные изделия с маслом сливочным	200	7,4	5,8	48,00			275,4	
277 Партнер 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70			100,00	
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Полдник		550	26,5	15,9	98,5			648,6	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1365	46,7	46,8	211,2			1460,3	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	46,7	46,8	211,2			1460,3	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		164,46							
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		164,46							

Рацион: ОВЗ с 12 и старше

День: вторник
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	7	
1	2	3	4	5	6	7		
Завтрак (1 смена)								
ТТК 18								
Сб 1996 № 464	Котлеты мясные "Люля-кебаб" с томатным соусом 60/40	100	9,70	11,10	7,80		169,80	
271 Партнер, 2013	Каша гречневая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	27,70		195,40	
ТК	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50		129,00	
Обед (1,2 смена)		550	20,00	18,40	72,00		534,20	
59 партнер 2013	Суп картофельный с вермишелью	250	2,70	2,50	18,9		112,00	
НИИ № 54-14р	Котлета Рыбная Любительская с томатным соусом 60/40	100	7,80	5,20	5,10		88,90	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	180	3,80	11,00	26,20		177,40	
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30		50,60	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90		116,10	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20		90,80	
Итого за Обед		815	21,19	19,79	105,60		635,80	
Полдник (2 смена)								
ТТК 18								
464 Сб 1996	Котлеты мясные "Люля-кебаб" с томатным соусом 60/40	100	9,70	11,10	7,80		169,80	
271 Партнер, 2013	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	200	6,20	6,60	27,70		195,40	
ТК	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
Итого за Полдник	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50		129,00	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		550	20	18,4	72		534,2	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	41,19	38,19	177,6		1170	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		1365	41,19	38,19	177,6		1170	
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		164,46						
		164,46						

Рацион: ОВЗ с 12 и старше

День: среда
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
175 партнер2013	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 205/5	210	6,20	7,30	43,90			281,50	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога со сущ.,молоком 70/20	90	13	9,9	20,70			228,2	
№273 партнер 2013	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2			41,0	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Завтрак			23,50	17,94	101,30			679,70	
Обед (1,2 смена)									
55 партнер 2013	Свекольник со сметаной 245/5	250	2,00	4,30	13,20			99,20	
ТК22	Голень куриная запеченные с томатным соусом	100	19,60	11,30	1,80			182,00	
204 партнер2013	Макароны отварные с маслом сливочным	180	6,30	5,00	44,30			252,00	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50			58,50	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90			116,10	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20			90,80	
Итого за Обед			34,90	21,60	116,90			798,60	
Полдник (2 смена)									
175 партнер2013	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 205/5	210	6,20	7,30	43,90			281,50	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога со сущ.,молоком 70/20	90	13	9,9	20,70			228,2	
№273 партнер 2013	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2			41,0	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Полдник			23,5	17,94	101,3			679,7	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)			58,4	39,54	218,2			1478,3	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)			58,4	39,54	218,2			1478,3	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)			164,46						
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)			164,46						

Рацион: ОБЗ с 12 и старше

День: четверг

Неделя: 2

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
54, 124 партнер 2013	Борщ со сметаной на курином бульоне с мясом птицы30/ 245/5	280	11,40	7,20	11,90			159,60	
277 Партнер 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70			100,00	
пром	Кекс с начинкой	33	1,80	8,90	17,20			141,20	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Завтрак		563	20,90	20,10	69,30			529,80	
Обед (1,2 смена)									
6 партнер2013	Салат из белокочанной капусты с м/р	100	2,20	4,60	10,50			91,00	
Сб 1983 № 234	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,80	2,80	17,80			110,00	
ТК19	Каша гречневая с куриным фаршем	180	14,70	9,7	24,90			245,90	
273 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90			116,10	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20			90,80	
Итого за Обед		815	26,5	18,1	106,3			693,8	
Полдник (2 смена)									
54, 124 партнер 2013	Борщ со сметаной на курином бульоне с мясом птицы 30/ 245/5	280	11,40	7,20	11,90			159,60	
277 Партнер 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70			100,00	
пром	Кекс с начинкой	33	1,80	8,90	17,20			141,20	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Полдник		563	20,9	20,1	69,3			529,8	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1378	47,4	38,2	175,6			1223,6	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1378	47,4	38,2	175,6			1223,6	
Стоимость (Завтра+обед 1 смена)		164,46							
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		164,46							

Рацион: ОВЗ с 12 и старше

День: пятница
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б		Ж		У		
			4	5	4	5	6	7	
1	2	3							
Завтрак (1 смена)									
99 Партнер 2013	Биточки мясные с томатным соусом 60/40	100	11,10	8,40	9,60			160,00	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,10	29,10			197,10	
№273 партнер 2013	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2			41,0	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Завтрак		550	19,60	16,24	75,40			527,10	
Обед (1,2 смена)									
16 партнер2013	Салат из моркови с сахаром и маслом растительным	100	1,00	4,60	14,60			100,00	
63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом и гречками240/10	250	7,0	5,50	27,20			163,20	
96 Партнер 2013	Плов из говядины 24/156	180	11,4	24,50	41,80			434,30	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50			58,50	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	3,60	0,60	23,90			116,10	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	40	3,20	0,40	19,20			90,80	
Итого за Обед		815	26,4	35,6	141,2			962,9	
Полдник (2 смена)									
99 Партнер 2013	Биточки мясные с томатным соусом 60/40	100	11,10	8,40	9,60			160,00	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,10	29,10			197,10	
№273 партнер 2013	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2			41,0	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	50	4,10	0,70	26,50			129,00	
Итого за Полдник		550	19,6	16,24	75,4			527,1	
Итого за день (Завтрак+обед 1 смена)		1365	46	51,84	216,6			1490	
Итого за день (Обед+полдник 2 смена)		1365	46	51,84	216,6			1490	
Стоимость (Завтрак+обед 1 смена)		164,46							
Стоимость (Обед+полдник 2 смена)		164,46							
Итого за период (завтрак+обед 1 смена)		1368,50	45,65	39,97	197,30			1325,49	
Итого за период (обед+полдник 2 смена)		1368,50	45,65	39,97	197,30			1325,49	