



УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

### Меню на 2 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

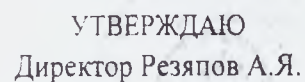
День: среда

Сезон: осень

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|------------|-------------|
|                               |                                   |             | Б                    | Ж  | У   | я              |            |             |
| завтрак                       | Салат из белокочанной капусты     | 60          | 1                    | 3  | 7   | 63             | 32         | 5,01        |
|                               | Плов из куриного филе             | 200         | 14                   | 26 | 40  | 423            | 4          | 64,01       |
|                               | Напиток из свежих мороженных ягод | 200/10      | 1                    |    | 21  | 89             |            | 102,03      |
|                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               | Масло сливочное                   | 8           |                      | 7  |     | 60             |            | 492         |
|                               | <b>Итого за завтрак</b>           | <b>528</b>  | 20                   | 36 | 108 | 753            | 36         |             |
| обед                          | Свекольник                        | 250/10      | 5                    | 11 | 17  | 120            | 19         | 36,02       |
|                               | Мясо тушеное с овощами            | 50          | 6                    | 7  | 2   | 94             | 2          | 29          |
|                               | Каша перловая рассыпчатая         | 150/4       | 5                    | 3  | 34  | 184            |            | 66,01       |
|                               | Чай с сахаром                     | 200         |                      |    | 10  | 40             |            | 92,04       |
|                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               |                                   |             |                      |    |     |                |            |             |
| Итого за обед                 |                                   | 714         | 20                   | 21 | 87  | 553            | 21         |             |
| Итого за день                 |                                   | 1242        | 40                   | 57 | 195 | 1306           | 57         |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                   |             |                      |    |     |                |            | 100 р       |



### Меню на 3 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: іятница

Сезон: осень

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-18

| Прием<br>пищи                 | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическа<br>я | Витами<br>н С | №<br>рецепту<br>ры |
|-------------------------------|---|----------------|----------------------|----|-----|-------------------------|---------------|--------------------|
|                               |   |                | Б                    | Ж  | У   |                         |               |                    |
| завтрак                       |   |                |                      |    |     |                         |               |                    |
|                               | Каша молочная "Дружба"                  | 150/4          | 5                    | 6  | 25  | 177                     | 1             | 74                 |
|                               | Чай с сахаром                           | 200            |                      |    | 9   | 25                      |               | 92,03              |
|                               | Хлеб пшеничный                          | 50             | 4                    |    | 40  | 118                     |               | 128,03             |
|                               | Сыр голландский                         | 10             | 2                    | 3  |     | 38                      |               | 493                |
|                               | Фрукты                                  | 120            |                      |    | 12  | 56                      | 12            | 101,03             |
| Итого за завтрак              |   | 534            | 11                   | 9  | 86  | 414                     | 13            |                    |
| обед                          |   |                |                      |    |     |                         |               |                    |
|                               | Суп картофельный с бобовыми             | 250            | 6                    | 8  | 23  | 130                     | 13            | 33,02              |
|                               | Картофель тушеный из филе кур с овощами | 200            | 15                   | 20 | 24  | 306                     | 33            | 151,07             |
|                               | Чай с лимоном и сахаром                 | 200/7          |                      |    | 10  | 42                      | 3             | 94,02              |
|                               | Хлеб пшеничный                          | 50             | 4                    |    | 40  | 118                     |               | 128,03             |
|                               |   |                |                      |    |     |                         |               |                    |
| Итого за обед                 |   | 707            | 25                   | 28 | 81  | 593                     | 49            |                    |
| Итого за день                 |   | 1241           | 36                   | 37 | 167 | 1007                    | 62            |                    |
| Итого сумма за завтрак и обед |   | 100 р          |                      |    |     |                         |               |                    |



СОГЛАСОВАНО

Директор

Меню на 6 сентября 2021 г.  
Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: понедельник

Неделя: 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Сезон: осень

Возрастная категория: 7-18

| Прием<br>пищи                 | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тически<br>я | Витами<br>н С | №<br>рецепту<br>ры |
|-------------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|-------------------------|---------------|--------------------|
|                               |                                      |                | Б                    | Ж  | У   |                         |               |                    |
| завтрак                       | Макаронные изделия отварные          | 150/4          | 6                    | 4  | 37  | 204                     |               | 77,01              |
|                               | Котлеты из мяса птицы                | 60             | 9                    | 10 | 5   | 126                     | 1             | 486,01             |
|                               | Соус томатный                        | 40             | 1                    | 3  | 3   | 29                      | 2             | 91,03              |
|                               | Напиток из свежих<br>мороженных ягод | 200/10         | 1                    |    | 21  | 89                      |               | 102,03             |
|                               | Хлеб пшеничный                       | 50             | 4                    |    | 40  | 118                     |               | 128,03             |
|                               | Масло сливочное                      | 8              |                      | 7  |     | 60                      |               | 492                |
| Итого за завтрак              |                                      | 522            | 21                   | 24 | 106 | 626                     | 3             |                    |
| обед                          | Щи из свежей капусты с<br>картофелем | 250/10         | 5                    | 11 | 10  | 88                      | 31            | 10,03              |
|                               | Каша перловая рассыпчатая            | 150/4          | 5                    | 3  | 34  | 184                     |               | 66,01              |
|                               | Азу из говядины                      | 35/30          | 10                   | 14 | 2   | 170                     | 2             | 44,02              |
|                               | Чай с сахаром                        | 200            |                      |    | 10  | 40                      |               | 92,02              |
|                               | Хлеб пшеничный                       | 50             | 50                   | 4  |     | 40                      | 118           |                    |
|                               |                                      |                |                      |    |     |                         |               |                    |
| Итого за обед                 |                                      | 729            | 65                   | 21 | 46  | 434                     | 120           |                    |
| Итого за день                 |                                      | 1251           | 86                   | 45 | 152 | 1060                    | 123           |                    |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                      |                |                      |    |     |                         |               | 100 р              |



СОГЛАСОВАНО  
Директор

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-18

| Прием<br>пищи                 | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая<br>я | Витами<br>н С | №<br>рецепту<br>ры |
|-------------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|---------------------|---------------|--------------------|
|                               |                                      |                | Б                    | Ж  | У   |                     |               |                    |
| завтрак                       |                                      |                |                      |    |     |                     |               |                    |
|                               | Жаркое по -Домашнему из<br>говядины  | 180            | 13                   | 14 | 24  | 277                 | 30            | 480                |
|                               | Чай с сахаром                        | 200            |                      |    | 10  | 40                  |               | 92,02              |
|                               | Хлеб пшеничный                       | 50             | 4                    |    | 40  | 118                 |               | 128,03             |
|                               | Фрукты                               | 1 шт           |                      |    | 12  | 56                  | 12            | 101,03             |
| Итого за завтрак              |                                      | 550            | 17                   | 14 | 86  | 491                 | 42            |                    |
| обед                          |                                      |                |                      |    |     |                     |               |                    |
|                               | Суп картофельный с клецками          | 200            | 3                    | 7  | 10  | 68                  | 10            | 32,01              |
|                               | Каша рисовая рассыпчатая             | 150/4          | 4                    | 4  | 39  | 210                 |               | 67,01              |
|                               | Рыба, тушенная в томате с<br>овощами | 60/40          | 12                   | 4  | 2   | 89                  | 3             | 434                |
|                               | Чай с сахаром                        | 200            |                      |    | 10  | 40                  |               | 92,02              |
|                               | Хлеб пшеничный                       | 50             | 50                   | 4  |     | 40                  | 118           |                    |
|                               |                                      |                |                      |    |     |                     |               |                    |
| Итого за обед                 |                                      | 704            | 69                   | 19 | 61  | 447                 | 131           |                    |
| Итого за день                 |                                      |                | 40                   | 29 | 171 | 1013                | 55            |                    |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                      | 100 р          |                      |    |     |                     |               |                    |



УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

### Меню на 8 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: среда

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры |
|-------------------------------|--|-------------|----------------------|----|-----|----------------|------------|-------------|
|                               |  |             | Б                    | Ж  | У   |                |            |             |
| завтрак                       | Каша гречневая рассыпчатая               | 150/4       | 6                    | 5  | 29  | 180            |            | 65          |
|                               | Гуляш из куриного филе                   | 40/50       | 12                   | 16 | 4   | 174            | 4          | 47,05       |
|                               | Чай витаминный                           | 200/5       |                      |    | 10  | 40             |            | 102,04      |
|                               | Хлеб пшеничный                           | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               | Сыр голландский                          | 10          | 2                    | 3  |     | 38             |            | 493         |
| Итого за завтрак              |  | 509         | 24                   | 24 | 83  | 550            | 4          |             |
| обед                          | Помидоры порционные                      | 40          |                      |    |     |                |            | 115         |
|                               | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250         | 5                    | 8  | 22  | 121            | 18         | 29,02       |
|                               | Овощное рагу с филе кур                  | 160         | 11                   | 15 | 11  | 198            | 25         | 491,01      |
|                               | Кисель из концентрата                    | 200         |                      |    | 10  | 40             |            |             |
|                               | Хлеб пшеничный                           | 50          | 50                   | 4  |     | 40             | 118        |             |
| Итого за обед                 |  | 700         | 20                   | 23 | 67  | 474            | 43         |             |
| Итого за день                 |  | 1209        | 44                   | 47 | 150 | 1024           | 47         |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |  |             |                      |    |     |                |            | 100 р       |







УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

### Меню на 10 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                           | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |           |            | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры  |
|--------------------------------------|----------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|----------------|------------|--------------|
|                                      |                                  |             | Б                    | Ж         | У          | я              |            |              |
| завтрак                              | Каша рисовая молочная жидкая     | 150/4       | 4                    | 6         | 22         | 161            | 1          | 71           |
|                                      | Чай с сахаром                    | 200         |                      |           | 10         | 40             |            | 92,02        |
|                                      | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    |           | 40         | 118            |            | 128,03       |
|                                      | Фрукты                           | 120         |                      |           | 12         | 56             | 12         | 101,03       |
|                                      | <b>Итого за завтрак</b>          | <b>524</b>  | <b>8</b>             | <b>6</b>  | <b>84</b>  | <b>375</b>     | <b>13</b>  |              |
| обед                                 | Рассольник "Ленинградский"       | 200/8       | 4                    | 7         | 14         | 99             | 14         | 26,01        |
|                                      | Котлеты из мяса птицы            | 60          | 9                    | 10        | 5          | 126            | 1          | 486,01       |
|                                      | Соус томатный                    | 30          | 1                    | 2         | 2          | 22             | 2          | 91,01        |
|                                      | Картофельное пюре                | 150/4       | 3                    | 5         | 22         | 140            | 26         | 107,01       |
|                                      | Напиток из свежих мороженых ягод | 200/10      | 1                    |           | 21         | 89             |            | 102,03       |
|                                      | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    |           | 40         | 118            |            | 128,03       |
|                                      |                                  |             |                      |           |            |                |            |              |
| <b>Итого за обед</b>                 |                                  | <b>712</b>  | <b>22</b>            | <b>24</b> | <b>88</b>  | <b>591</b>     | <b>43</b>  |              |
| <b>Итого за день</b>                 |                                  | <b>1236</b> | <b>30</b>            | <b>30</b> | <b>172</b> | <b>966</b>     | <b>56</b>  |              |
| <b>Итого сумма за завтрак и обед</b> |                                  |             |                      |           |            |                |            | <b>100 р</b> |



СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

### Меню на 13 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: понедельник

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|----------|-------------|
|                               |                                   |             | Б                    | Ж  | У   |                |          |             |
| завтрак                       | Макаронные изделия отварные       | 150/4       | 6                    | 4  | 37  | 204            |          | 77,01       |
|                               | Котлеты из мяса птицы             | 60          | 9                    | 10 | 5   | 126            | 1        | 486,01      |
|                               | Соус томатный                     | 40          | 1                    | 3  | 3   | 29             | 2        | 91,03       |
|                               | Чай витаминный                    | 200/5       |                      |    | 10  | 40             |          | 102,04      |
|                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |          | 128,03      |
|                               | Масло сливочное                   | 8           |                      | 7  |     | 60             |          | 492         |
| Итого за завтрак              |                                   | 517         | 20                   | 24 | 95  | 577            | 3        |             |
| обед                          | Щи из свежей капусты с картофелем | 250/10      | 5                    | 11 | 10  | 88             | 31       | 10,03       |
|                               | Плов из курицы                    | 180         | 12                   | 22 | 36  | 397            | 3        | 490         |
|                               | Чай с лимоном и сахаром           | 200/7       |                      |    | 10  | 42             | 3        | 94,02       |
|                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |          | 128,03      |
|                               |                                   |             |                      |    |     |                |          |             |
| Итого за обед                 |                                   | 697         | 21                   | 33 | 80  | 642            | 37       |             |
| Итого за день                 |                                   | 1214        | 41                   | 57 | 175 | 1219           | 40       |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                   |             |                      |    |     |                |          | 100 р       |





УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

### Меню на 14 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

| Прием<br>пищи                 | Наименование блюда                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая<br>я | Витами<br>н С | №<br>рецепту<br>ры |
|-------------------------------|--|----------------|----------------------|----|-----|---------------------|---------------|--------------------|
|                               |  |                | Б                    | Ж  | У   |                     |               |                    |
| завтрак                       |  |                |                      |    |     |                     |               |                    |
|                               | Гуляш из говядины                        | 20/50          | 7                    | 9  | 4   | 123                 | 2             | 47,04              |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая               | 150/4          | 6                    | 5  | 29  | 180                 |               | 65                 |
|                               | Чай с лимоном и сахаром                  | 200/7          |                      |    | 10  | 42                  | 3             | 94,02              |
|                               | Хлеб пшеничный                           | 50             | 4                    |    | 40  | 118                 |               | 128,03             |
|                               | Фрукты                                   | 120            |                      |    | 12  | 56                  | 12            | 101,03             |
| Итого за завтрак              |  | 601            | 17                   | 14 | 95  | 519                 | 17            |                    |
| обед                          |  |                |                      |    |     |                     |               |                    |
|                               | Салат луковый                            | 30             |                      | 3  | 2   | 39                  | 3             | 47                 |
|                               | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250            | 5                    | 8  | 22  | 121                 | 18            | 29,02              |
|                               | Жаркое по-домашнему из курицы            | 180            | 14                   | 17 | 24  | 303                 | 31            | 51,05              |
|                               | Чай с сахаром                            | 200            |                      |    | 10  | 40                  |               | 92,04              |
|                               | Хлеб пшеничный                           | 50             | 4                    |    | 40  | 118                 |               | 128,03             |
|                               |  |                |                      |    |     |                     |               |                    |
| Итого за обед                 |  | 710            | 23                   | 28 | 98  | 621                 | 52            |                    |
| Итого за день                 |  | 1311           | 40                   | 42 | 177 | 1137                | 69            |                    |
| Итого сумма за завтрак и обед |  | 100 р          |                      |    |     |                     |               |                    |



УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

### Меню на 15 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

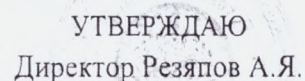
День: среда

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|------------|-------------|
|                               |                                   |             | Б                    | Ж  | У   | я              |            |             |
| завтрак                       | Салат из белокочанной капусты     | 60          | 1                    | 3  | 7   | 63             | 32         | 5,01        |
|                               | Плов из куриного филе             | 200         | 14                   | 26 | 40  | 423            | 4          | 64,01       |
|                               | Напиток из свежих мороженных ягод | 200/10      | 1                    |    | 21  | 89             |            | 102,03      |
|                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               | Масло сливочное                   | 8           |                      | 7  |     | 60             |            | 492         |
| Итого за завтрак              |                                   | 528         | 20                   | 36 | 108 | 753            | 36         |             |
| обед                          | Свекольник со сметаной            | 250/10      | 5                    | 11 | 17  | 120            | 19         | 36,02       |
|                               | Мясо тушеное с овощами            | 50          | 6                    | 7  | 2   | 94             | 2          | 29          |
|                               | Каша перловая рассыпчатая         | 150/4       | 5                    | 3  | 34  | 184            |            | 66,01       |
|                               | Чай с сахаром                     | 200         |                      |    | 10  | 40             |            | 92,04       |
|                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
| Итого за обед                 |                                   | 714         | 20                   | 21 | 87  | 553            | 21         |             |
| Итого за день                 |                                   | 1242        | 40                   | 57 | 195 | 1306           | 57         |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                   |             |                      |    |     |                |            | 100 р       |



Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория:7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры |
|-------------------------------|----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|------------|-------------|
|                               |                                  |             | Б                    | Ж  | У   |                |            |             |
| завтрак                       |                                  |             |                      |    |     |                |            |             |
|                               | Овощное рагу с мясом             | 160         | 10                   | 12 | 12  | 198            | 24         | 133,03      |
|                               | Компот из смеси сухофруктов      | 200         |                      |    | 15  | 60             |            | 97,02       |
|                               | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               | Кефир                            | 100         | 3                    | 3  | 4   | 59             | 1          | 106,07      |
| Итого за завтрак              |                                  | 510         | 17                   | 15 | 71  | 435            | 25         |             |
| обед                          |                                  |             |                      |    |     |                |            |             |
|                               | Рассольник "Ленинградский"       | 200/8       | 4                    | 7  | 14  | 99             | 14         | 26,01       |
|                               | Рыба, тушеная в томате с овощами | 60/40       | 12                   | 4  | 2   | 89             | 3          | 434         |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая       | 150/4       | 6                    | 5  | 29  | 180            |            | 65          |
|                               | Кисель из концентрата            | 200         |                      |    | 10  | 40             |            |             |
|                               | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               |                                  |             |                      |    |     |                |            |             |
| Итого за обед                 |                                  | 712         | 26                   | 16 | 79  | 523            | 17         |             |
| Итого за день                 |                                  | 1222        | 43                   | 31 | 150 | 958            | 42         |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                  | 100 р       |                      |    |     |                |            |             |



УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

### Меню на 17 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда                      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамин С | № рецептуры |
|-------------------------------|---|-------------|----------------------|----|-----|----------------|-----------|-------------|
|                               |   |             | Б                    | Ж  | У   |                |           |             |
| завтрак                       | Каша молочная "Дружба"                  | 150/4       | 5                    | 6  | 25  | 177            | 1         | 74          |
|                               | Чай с сахаром                           | 200         |                      |    | 9   | 25             |           | 92,03       |
|                               | Хлеб пшеничный                          | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |           | 128,03      |
|                               | Сыр голландский                         | 10          | 2                    | 3  |     | 38             |           | 493         |
|                               | Фрукты                                  | 120         |                      |    | 12  | 56             | 12        | 101,03      |
| Итого за завтрак              |   | 534         | 11                   | 9  | 86  | 414            | 13        |             |
| обед                          | Суп картофельный с бобовыми             | 250         | 6                    | 8  | 23  | 130            | 13        | 33,02       |
|                               | Картофель тушеный из филе кур с овощами | 200         | 15                   | 20 | 24  | 306            | 33        | 151,07      |
|                               | Чай с лимоном и сахаром                 | 200/7       |                      |    | 10  | 42             | 3         | 94,02       |
|                               | Хлеб пшеничный                          | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |           | 128,03      |
|                               |   |             |                      |    |     |                |           |             |
| Итого за обед                 |   | 707         | 25                   | 28 | 81  | 593            | 49        |             |
| Итого за день                 |   | 1241        | 36                   | 37 | 167 | 1007           | 62        |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |   |             |                      |    |     |                |           | 100 р       |





Директор

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 20 сентября 2021 г.

Рацион: діти с ОВЗ, діти - інваліди

День: понедельник

Сезон:  осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

| Прием<br>пищи                 | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическа<br>я | Витами<br>и С | №<br>рецепту<br>ры |
|-------------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|-------------------------|---------------|--------------------|
|                               |                                      |                | Б                    | Ж  | У   |                         |               |                    |
| завтрак                       |                                      |                |                      |    |     |                         |               |                    |
|                               | Макаронные изделия отварные          | 150/4          | 6                    | 4  | 37  | 204                     |               | 77,01              |
|                               | Котлеты из мяса птицы                | 60             | 9                    | 10 | 5   | 126                     | 1             | 486,01             |
|                               | Соус томатный                        | 40             | 1                    | 3  | 3   | 29                      | 2             | 91,03              |
|                               | Напиток из свежих<br>мороженных ягод | 200/10         | 1                    |    | 21  | 89                      |               | 102,03             |
|                               | Хлеб пшеничный                       | 50             | 4                    |    | 40  | 118                     |               | 128,03             |
|                               | Масло сливочное                      | 8              |                      | 7  |     | 60                      |               | 492                |
| Итого за завтрак              |                                      | 522            | 21                   | 24 | 106 | 626                     | 3             |                    |
| обед                          |                                      |                |                      |    |     |                         |               |                    |
|                               | Щи из свежей капусты с<br>картофелем | 250/10         | 5                    | 11 | 10  | 88                      | 31            | 10,03              |
|                               | Каша перловая рассыпчатая            | 150/4          | 5                    | 3  | 34  | 184                     |               | 66,01              |
|                               | Азу из говядины                      | 35/30          | 10                   | 14 | 2   | 170                     | 2             | 44,02              |
|                               | Чай с сахаром                        | 200            |                      |    | 10  | 40                      |               | 92,02              |
|                               | Хлеб пшеничный                       | 50             | 4                    |    | 40  | 118                     |               | 128,03             |
|                               |                                      |                |                      |    |     |                         |               |                    |
| Итого за обед                 |                                      | 729            | 19                   | 17 | 86  | 512                     | 2             |                    |
| Итого за день                 |                                      | 1251           | 40                   | 41 | 192 | 1138                    | 5             |                    |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                      | 100 р          |                      |    |     |                         |               |                    |





ИД

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

# Меню на 21 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: вторник

Сезон:

осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

| Прием<br>пищи                 | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тически<br>я | Витами<br>н С | № ре<br>цепту<br>ры |
|-------------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|-------------------------|---------------|---------------------|
|                               |                                      |                | Б                    | Ж  | У   |                         |               |                     |
| завтрак                       |                                      |                |                      |    |     |                         |               |                     |
|                               | Жаркое по -Домашнему из<br>говядины  | 180            | 13                   | 14 | 24  | 277                     | 30            | 480                 |
|                               | Чай с сахаром                        | 200            |                      |    | 10  | 40                      |               | 92,02               |
|                               | Хлеб пшеничный                       | 50             | 4                    |    | 40  | 118                     |               | 128,03              |
|                               | Фрукты                               | 1 шт           |                      |    | 12  | 56                      | 12            | 101,03              |
| Итого за завтрак              |                                      | 550            | 17                   | 14 | 86  | 491                     | 42            |                     |
| обед                          |                                      |                |                      |    |     |                         |               |                     |
|                               | Суп картофельный с клецками          | 200            | 3                    | 7  | 10  | 68                      | 10            | 32,01               |
|                               | Каша рисовая рассыпчатая             | 150/4          | 4                    | 4  | 39  | 210                     |               | 67,01               |
|                               | Рыба, тушенная в томате с<br>овощами | 60/40          | 12                   | 4  | 2   | 89                      | 3             | 434                 |
|                               | Чай с сахаром                        | 200            |                      |    | 10  | 40                      |               | 92,02               |
|                               | Хлеб пшеничный                       | 50             | 50                   | 4  |     | 40                      | 118           |                     |
|                               |                                      |                |                      |    |     |                         |               |                     |
| Итого за обед                 |                                      | 704            | 23                   | 15 | 85  | 522                     | 13            |                     |
| Итого за день                 |                                      |                | 40                   | 29 | 171 | 1013                    | 55            |                     |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                      |                | 100 р                |    |     |                         |               |                     |

128,03



### Меню на 22 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: среда

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

| Прием<br>пищи                 | Наименование блюда                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая<br>я | Витами<br>н С | №<br>рецепту<br>ры |
|-------------------------------|--|----------------|----------------------|----|-----|---------------------|---------------|--------------------|
|                               |  |                | Б                    | Ж  | У   |                     |               |                    |
| завтрак                       |  |                |                      |    |     |                     |               |                    |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая               | 150/4          | 6                    | 5  | 29  | 180                 |               | 65                 |
|                               | Гуляш из куриного филе                   | 40/50          | 12                   | 16 | 4   | 174                 | 4             | 47,05              |
|                               | Чай витаминный                           | 200/5          |                      |    | 10  | 40                  |               | 102,04             |
|                               | Хлеб пшеничный                           | 50             | 4                    |    | 40  | 118                 |               | 128,03             |
|                               | Сыр голландский                          | 10             | 2                    | 3  |     | 38                  |               | 493                |
| Итого за завтрак              |  | 509            | 24                   | 24 | 83  | 550                 | 4             |                    |
| обед                          |  |                |                      |    |     |                     |               |                    |
|                               | Помидоры порционные                      | 40             |                      |    |     |                     |               | 115                |
|                               | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250            | 5                    | 8  | 22  | 121                 | 18            | 29,02              |
|                               | Овощное рагу с филе кур                  | 160            | 11                   | 15 | 11  | 198                 | 25            | 491,01             |
|                               | Кисель из концентрата                    | 200            |                      |    | 10  | 40                  |               |                    |
|                               | Хлеб пшеничный                           | 50             | 50                   | 4  |     | 40                  | 118           |                    |
|                               |  |                |                      |    |     |                     |               |                    |
| Итого за обед                 |  | 700            | 20                   | 23 | 67  | 474                 | 43            |                    |
| Итого за день                 |  | 1209           | 44                   | 47 | 150 | 1024                | 47            |                    |
| Итого сумма за завтрак и обед |  | 100 р          |                      |    |     |                     |               |                    |

128,03



СОГЛАСОВАНО  
Директор

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

### Меню на 23 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры |
|-------------------------------|----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|------------|-------------|
|                               |                                  |             | Б                    | Ж  | У   | я              |            |             |
| завтрак                       | Картофельное пюре                | 150/4       | 3                    | 5  | 22  | 140            | 26         | 107,01      |
|                               | Рыба, тушеная в томате с овощами | 60/40       | 12                   | 4  | 2   | 89             | 3          | 434         |
|                               | Чай с лимоном и сахаром          | 200/7       |                      |    | 10  | 42             | 3          | 94,02       |
|                               | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               | Кефир                            | 100         | 3                    | 3  | 4   | 59             | 1          | 106,07      |
| Итого за завтрак              |                                  | 611         | 22                   | 12 | 78  | 448            | 33         |             |
| обед                          | Борщ с капустой и картофелем     | 250         | 5                    | 10 | 14  | 104            | 21         | 27,02       |
|                               | Гуляш из говядины с овощами      | 20/50       | 6                    | 9  | 2   | 115            | 3          | 47,07       |
|                               | Макаронные изделия отварные      | 150/4       | 6                    | 4  | 37  | 204            |            | 77,01       |
|                               | Чай с сахаром                    | 200         |                      |    | 10  | 40             |            | 92,02       |
|                               | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               |                                  |             |                      |    |     |                |            |             |
| Итого за обед                 |                                  | 724         | 21                   | 23 | 87  | 578            | 24         |             |
| Итого за день                 |                                  | 1335        | 43                   | 35 | 165 | 1026           | 57         |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                  |             |                      |    |     |                |            | 100 р       |



УТВЕРЖДАЮ

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

Сезон: осень

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры |
|-------------------------------|----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|------------|-------------|
|                               |                                  |             | Б                    | Ж  | У   |                |            |             |
| завтрак                       |                                  |             |                      |    |     |                |            |             |
|                               | Каша рисовая молочная жидкая     | 150/4       | 4                    | 6  | 22  | 161            | 1          | 71          |
|                               | Чай с сахаром                    | 200         |                      |    | 10  | 40             |            | 92,02       |
|                               | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               | Фрукты                           | 120         |                      |    | 12  | 56             | 12         | 101,03      |
| Итого за завтрак              |                                  | 524         | 8                    | 6  | 84  | 375            | 13         |             |
| обед                          |                                  |             |                      |    |     |                |            |             |
|                               | Рассольник "Ленинградский"       | 200/8       | 4                    | 7  | 14  | 99             | 14         | 26,01       |
|                               | Котлеты из мяса птицы            | 60          | 9                    | 10 | 5   | 126            | 1          | 486,01      |
|                               | Соус томатный                    | 30          | 1                    | 2  | 2   | 22             | 2          | 91,01       |
|                               | Картофельное пюре                | 150/4       | 3                    | 5  | 22  | 140            | 26         | 107,01      |
|                               | Напиток из свежих мороженых ягод | 200/10      | 1                    |    | 21  | 89             |            | 102,03      |
|                               | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               |                                  |             |                      |    |     |                |            |             |
| Итого за обед                 |                                  | 712         | 22                   | 24 | 88  | 591            | 43         |             |
| Итого за день                 |                                  | 1236        | 30                   | 30 | 172 | 966            | 56         |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                  | 100 р       |                      |    |     |                |            |             |





УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

### Меню на 27 сентября 2021 г.

Район: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: понедельник

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|----------|-------------|
|                               |                                   |             | Б                    | Ж  | У   |                | Н С      |             |
| завтрак                       | Макаронные изделия отварные       | 150/4       | 6                    | 4  | 37  | 204            |          | 77,01       |
|                               | Котлеты из мяса птицы             | 60          | 9                    | 10 | 5   | 126            | 1        | 486,01      |
|                               | Соус томатный                     | 40          | 1                    | 3  | 3   | 29             | 2        | 91,03       |
|                               | Чай витаминный                    | 200/5       |                      |    | 10  | 40             |          | 102,04      |
|                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |          | 128,03      |
|                               | Масло сливочное                   | 8           |                      | 7  |     | 60             |          | 492         |
| Итого за завтрак              |                                   | 517         | 20                   | 24 | 95  | 577            | 3        |             |
| обед                          | Щи из свежей капусты с картофелем | 250/10      | 5                    | 11 | 10  | 88             | 31       | 10,03       |
|                               | Плов из курицы                    | 180         | 12                   | 22 | 36  | 397            | 3        | 490         |
|                               | Чай с лимоном и сахаром           | 200/7       |                      |    | 10  | 42             | 3        | 94,02       |
|                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |          | 128,03      |
|                               |                                   |             |                      |    |     |                |          |             |
| Итого за обед                 |                                   | 697         | 21                   | 33 | 80  | 642            | 37       |             |
| Итого за день                 |                                   | 1214        | 41                   | 57 | 175 | 1219           | 40       |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |                                   |             |                      |    |     |                |          | 100 р       |





### Меню на 28 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

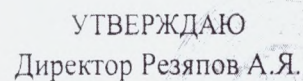
День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                    | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры |
|-------------------------------|--|-------------|----------------------|----|-----|----------------|------------|-------------|
|                               |  |             | Б                    | Ж  | У   |                |            |             |
| завтрак                       |  |             |                      |    |     |                |            |             |
|                               | Гуляш из говядины                        | 20/50       | 7                    | 9  | 4   | 123            | 2          | 47,04       |
|                               | Каша гречневая рассыпчатая               | 150/4       | 6                    | 5  | 29  | 180            |            | 65          |
|                               | Чай с лимоном и сахаром                  | 200/7       |                      |    | 10  | 42             | 3          | 94,02       |
|                               | Хлеб пшеничный                           | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               | Фрукты                                   | 120         |                      |    | 12  | 56             | 12         | 101,03      |
| Итого за завтрак              |  | 601         | 17                   | 14 | 95  | 519            | 17         |             |
| обед                          |  |             |                      |    |     |                |            |             |
|                               | Салат луковый                            | 30          |                      | 3  | 2   | 39             | 3          | 47          |
|                               | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250         | 5                    | 8  | 22  | 121            | 18         | 29,02       |
|                               | Жаркое по-домашнему из курицы            | 180         | 14                   | 17 | 24  | 303            | 31         | 51,05       |
|                               | Чай с сахаром                            | 200         |                      |    | 10  | 40             |            | 92,04       |
|                               | Хлеб пшеничный                           | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                               |  |             |                      |    |     |                |            |             |
| Итого за обед                 |  | 710         | 23                   | 28 | 82  | 618            | 52         |             |
| Итого за день                 |  | 1311        | 40                   | 42 | 177 | 1137           | 69         |             |
| Итого сумма за завтрак и обед |  | 100 р       |                      |    |     |                |            |             |



Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: среда

Сезон:

осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                           | Наименование блюда                | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины | Нормы  |
|--------------------------------------|-----------------------------------|--------------|----------------------|----|-----|----------------|----------|--------|
|                                      |                                   |              | Б                    | Ж  | У   |                |          |        |
| <b>завтра</b>                        |                                   |              |                      |    |     |                |          |        |
|                                      | Салат из белокочанной капусты     | 60           | 1                    | 3  | 7   | 63             | 32       | 5,01   |
|                                      | Плов из куриного филе             | 200          | 14                   | 26 | 40  | 423            | 4        | 64,01  |
|                                      | Напиток из свежих мороженных ягод | 200/10       | 1                    |    | 21  | 89             |          | 102,03 |
|                                      | Хлеб пшеничный                    | 50           | 4                    |    | 40  | 118            |          | 128,03 |
|                                      | Масло сливочное                   | 8            |                      | 7  |     | 60             |          | 492    |
| <b>Итого за завтрак</b>              |                                   | <b>528</b>   | 20                   | 36 | 108 | 753            | 36       |        |
| <b>обед</b>                          |                                   |              |                      |    |     |                |          |        |
|                                      | Свекольник со сметаной            | 250/10       | 5                    | 11 | 17  | 120            | 19       | 36,02  |
|                                      | Мясо тушеное с овощами            | 50           | 6                    | 7  | 2   | 94             | 2        | 29     |
|                                      | Каша перловая рассыпчатая         | 150/4        | 5                    | 3  | 34  | 184            |          | 66,01  |
|                                      | Чай с сахаром                     | 200          |                      |    | 10  | 40             |          | 92,04  |
|                                      | Хлеб пшеничный                    | 50           | 4                    |    | 40  | 118            |          | 128,03 |
|                                      |                                   |              |                      |    |     |                |          |        |
| <b>Итого за обед</b>                 |                                   | <b>714</b>   | 20                   | 21 | 87  | 553            | 21       |        |
| <b>Итого за день</b>                 |                                   | <b>1242</b>  | 40                   | 57 | 195 | 1306           | 57       |        |
| <b>Итого сумма за завтрак и обед</b> |                                   | <b>100 р</b> |                      |    |     |                |          |        |



М. А. Мухоморов

### Меню на 30 сентября 2021 г.

осень

Возрастная категория: 7-18

| Прием пищи                           | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая | Витамины С | № рецептуры |
|--------------------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|------------|-------------|
|                                      |                                   |             | Б                    | Ж  | У   |                |            |             |
| завтрак                              |                                   |             |                      |    |     |                |            |             |
|                                      | Овощное рагу с мясом              | 160         | 10                   | 12 | 12  | 198            | 24         | 133,03      |
|                                      | Компот из смеси сухофруктов       | 200         |                      |    | 15  | 60             |            | 97,02       |
|                                      | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                                      | Кефир                             | 100         | 3                    | 3  | 4   | 59             | 1          | 106,07      |
| <b>Итого за завтрак</b>              |                                   | <b>510</b>  | 17                   | 15 | 71  | 435            | 25         |             |
| обед                                 |                                   |             |                      |    |     |                |            |             |
|                                      | Рассольник "Ленинградский"        | 200/8       | 4                    | 7  | 14  | 99             | 14         | 26,01       |
|                                      | Рыба, тушенная в томате с овощами | 60/40       | 12                   | 4  | 2   | 89             | 3          | 434         |
|                                      | Каша гречневая рассыпчатая        | 150/4       | 6                    | 5  | 29  | 180            |            | 65          |
|                                      | Кисель из концентрата             | 200         |                      |    | 10  | 40             |            |             |
|                                      | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |    | 40  | 118            |            | 128,03      |
|                                      |                                   |             |                      |    |     |                |            |             |
| <b>Итого за обед</b>                 |                                   | <b>712</b>  | 26                   | 16 | 79  | 523            | 17         |             |
| <b>Итого за день</b>                 |                                   | <b>1222</b> | 43                   | 31 | 150 | 958            | 42         |             |
| <b>Итого сумма за завтрак и обед</b> |                                   |             | <b>100 р</b>         |    |     |                |            |             |