

Согласовано:

Директор Муниципальное бюджетное
Общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа – интернат
для учащихся, воспитанников с
ограниченными возможностями
здоровья Чайковского городского округа»
МБОУ СКОШИ ЧГО

Е.М. Вахрушева

12 января 2026г.

Утверждаю:

ИП Батуев Н. М.



Н.М. Батуев

12 января 2026г.

Примерное десятидневное меню для учащихся,
воспитанников с
ограниченными возможностями здоровья.

МБОУ СКОШИ ЧГО с. Фоки

(12-18 лет)



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1		Понедельник					
Завтрак 12 - 18	Каша рисовая молочная	250	3,78	4,95	40,59	218,16	№ 233, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		550	12,68	16,15	91,74	546,86	
2 Завтрак 12 - 18	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021г.
	Итого: 2 Завтрак	200	1	1	14	63	
Обед 12 - 18	Салат из белокочанной капусты	100	1,8	0,1	4,7	28	№ 1, 2021
	Суп крестьянский с крупой	250	1,92	4	6,8	70,8	№ 118, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,8	8,82	52,28	251,85	№ 202, 2021
	Котлета из птицы Нежная	100	16,74	11,16	5,67	196	№ 373, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 495, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
Итого: Обед 12 - 18		920	41,99	25,58	140,88	908,98	
Полдник: 12 - 18	Кисель из концентрата плодового (ягодного)	200	1,36		29	116	№ 457, 2021
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	№ 542, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Итого: Полдник 12 -18		350	9,36	7,1	81,4	446
Ужин: 12 - 18	Рагу из овощей (1 вариант)	200	3,96	10,69	24,75	214	№ 176, 2021
	Биточки из рыбы	100	11,24	5,55	12,54	143,38	№ 484, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Ужин 12 - 18		600	23,2	17,49	91,24	639,38
2 Ужин: 12 - 18	Кефир	200	6	6,4	8	112,52	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	6	6,4	8	112,52	
Итого за день:		2820	94	73	427	2717	



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Гашин: МБОУ СОШ № 1							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Вторник				
Завтрак 12 - 18	Суп молочный с макаронными	250	7,31	2,26	24,99	193,75	№ 139, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63,2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Завтрак 12 - 18	550	18,11	15,16	78,54	550,45	
2 Завтрак 12 - 18	Сок фруктовый	200	1	0,1	10,1	43,0	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак	200	0,5	0,1	10,1	43	
Обед 12 - 18	Зеленый горошек консервированный	100	1,4	1,9	2,65	33,5	№ 157, 2021
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	131	№ 100, 2021
	Картофель тушеный, с луком	180	6	4,6	18,6	140	№ 172, 2021
	Тефтели мясные с рисом паровые	100	13,26	14,09	6,27	205	№ 348, 2021
	Напиток из пшопвника	180	0,68	0,1	4,3	185	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18	800	41,03	34,88	74,3	842		
Полдник: 12 - 18	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Печенье	100	7,5	9,8	74,4	415	№ 582, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,85	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Полдник 12 - 18	350	13	12	111	620		
Ужин: 12-18	Макаронные изделия отварные	200	3,33	2,97	17,73	123	№ 256, 2021
	Шницель рубленный куринный	100	14	12,6	7,5	199	№ 372, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 535, 2021
	Итого: Ужин 12 - 18	600	25,33	16,82	79,18	604	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток " Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	6	6,4	11	118		
Итого за день:		2700	104	85	364	2777	



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОПИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 1						
Завтрак 12 - 18	Каша манная молочная жидкая	250	7,75	8,85	38,64	270
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64
	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	66
Итого: Завтрак 12 - 18		550	18,51	18,17	70,6	565,8
2 Завтрак 12 - 18						
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86
Итого: 2 Завтрак		200	1	1	14	63
Обед 12 - 18	Винегрет с растительным маслом	100	1,58	6,64	8,84	101
	Уха рыбацкая	250	7,33	2,3	8,33	83
	Плов из отварной пгицы	220	12,3	8,2	24,8	223
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2
Итого: Обед 12- 18		820	25,94	17,71	86,49	610,2
Полдник: 12 - 18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
	Вафли	100	1,95	7,3	31,25	270,5
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141
Итого: Полдник 12 - 18		350	6	8	65	450
Ужин: 12-18	Запеканка творожная с морковью	250	14,47	15,40	30	388
	Соус молочный сладкий	50	2,40	4,82	7,90	84,60
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	18,05	103
Итого: Ужин 12 - 18		600	25	21	90	755
2 Ужин: 12 - 18						
	Молоко кипяченное	200	6	5,3	10,1	112,9
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	6,1	5,3	10,1	112,89
Итого за день:		2720	82	71	336	2556



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Четверг				
Завтрак 12 - 18	Каша ячневая вязка	200	7,12	6,79	38,99	247	№ 227, 2021
	Кофейный напиток	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 70,2021
	Итого: Завтрак 12 - 18	500	17,92	19,69	92,54	603,7	
2 Завтрак 12 - 18	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак	200	1	0	10	43	
Обед 12 - 18	Салат из квашеной капусты с луком	100	3,2	0,2	10,4	54	№ 9, 2021
	Суп гороховый со сметаной	250	3,68	2,7	10,17	80,00	№ 433, 2021
	Рис припущенный	180	4,8	7,2	39,2	240	№ 386, 2021г.
	Фрикадельки в соусе	100	19,80	15,74	0,70	224,00	№ 145, 419, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Обед 12- 18	880	39,88	27,09	115,22	926	
Полдник: 12 - 18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	№ 542, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Итого: Полдник 12 - 18	350	8	7	62	368	
Ужин: 12-18	Каша из пшеничной крупы	200	8,13	7,24	37,95	253	№ 223, 2021
	Тефтели мясные с рисом паровые	100	13,26	14,09	6,27	205	№ 348, 2021
	Напиток из шиповника	200	0,68		4,3	22	№ 469, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Ужин 12 - 18	600	29,87	22,48	93,17	724	
2 Ужин: 12 - 18							
	Кисломолочный напиток " Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	6	6,4	11	118	
	Итого за день:	2730	102	83	384	2783	



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Рацион: МБОУ СОШ № 1							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Пятница				
Завтрак 12 - 18	Каша пшённая молочная вязкая	250	10,23	10,09	51,18	320	№ 225, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		550	21,03	22,99	104,73	676,7	
2 Завтрак 12 - 18	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Итого: 2 Завтрак	200	1	1	14	63	
Обед 12 - 18	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,1	7,6	91	№ 26, 2021
	Суп макаронными изделиями	250	4,82	5,54	13,23	120	№ 129, 2021
	Пюре из гороха с маслом	180	22	5	39,7	290	№ 389,2021
	Кнели из птицы с рисом	100	11,5	10,3	5,4	160	№ 371, 2021
	Чай с сахаром	180	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		890	47,72	28,19	119,88	943	
Полдник: 12 - 18	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 459, 2021
	Сдоба обыкновенная	100	8	2,8	47,8	248	№ 545, 2017
	Хлеб ржаной	50	4	0,8	20,1	103	№ 575, 2021
Итого: Полдник 12 - 18		350	10	4	59	415	
Ужин: 12-18	Рагу из овощей	200	3,96	10,69	24,75	210	№ 389, 2021
	Шницель рубленый куриный	100	14	12,6	7,5	199	№ 372, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Ужин 12 - 18		600	26,36	24,54	97	737	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток " Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	6	6,4	11	118	
Итого за день:		2790	111	87	406	2953	



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Понедельник				
Завтрак 12 - 18	Суп молочный с крупой	250	6	6,25	20,55	182	№ 140, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
	Яйцо варенное	50	5,08	4,6	0,28	62,8	№ 267, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		550	17,88	23	54,33	498,5	
2 Завтрак 12 - 18	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Итого: 2 Завтрак	200	0,57	0,57	14	62,86	
Обед 12 - 18	Салат Витаминный	100	1,2	5,1	5,5	73	№ 2, 2021
	Суп картофельный с крупой	250	3,01	5,03	9,8	107	№ 114, 2021
	Капуста тушеная с мясом (Бигус)	200	18	13,3	5,2	240	№ 329, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	126	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	5,33	1	26,73	90,6	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		800	31,94	24,93	91,93	720,6	
Полдник: 12 - 18							
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	№ 542, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Полдник 12 - 18		350	10	8	64	394	
Ужин: 12-18	Каша ячневая вязкая	200	7,63	7	34,9	265	№ 227, 2021
	Фрикадельки в соусе	100	18,00	14	0,64	224,00	№ 145, 419, 202
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	36	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Ужин 12 - 18		600	33,63	22,56	89,49	769	
2 Ужин: 12 - 18							
	Кисломолочный напиток " Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	6	6,4	11	118	
Итого за день:		2700	100	86	325	2563	



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Вторник				
Завтрак 12 -18	Каша рисовая молочная	250	3,78	4,95	40,59	230	№ 217, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	4,55	6,83	6,48	106	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		550	13,73	13,73	78,52	505	
2 Завтрак 12 - 18							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
Итого: 2 Завтрак		200	1	0	10	43	
Обед 12 - 18	Икра кабачковая	100	0,40	0,9	2,00	28,0	№ 50, 2021
	Борщ с капустой и картофелем	250	5,56	7,62	5,89	140,00	№ 95, 2021
	Пюре картофельное	180	2,7	4	5,8	91	№ 377, 2021
	Котлета из птицы припущенная	100	15,82	55,88	14,79	289	№ 372, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		890	33	70	83	876	
Полдник: 12 - 18							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Шанежка наливная	100	7,8	6,9	51,1	298	№ 538, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Полдник 12 - 18		350	12	7	85	477	
Ужин: 12-18	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,6	7,8	38,8	255,6	№ 202, 2021
	Рыба тушенная с овощами и томатом	100	8,78	4,9	2,74	90	№ 299 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Ужин 12 - 18		600	24,38	13,95	95,49	627,6	
2 Ужин: 12 - 18							
	Кефир	200	5,8	6	8	113	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	5,8	6	8	113	
Итого за день:		2790	89	111	360	2642	

205,94



Меню приготавливаемых блюд

Город: МБОУ-СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Среда				
Завтрак 12 -18	Каша ячневая вязкая	250	7,12	6,79	38,99	250	№ 227, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Бутерброд с маслом	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		550	14,82	16,89	88,04	550,7	
2 Завтрак 12 - 18	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Итого: 2 Завтрак	200	1	1	14	63	
Обед 12 - 18	Винегрет с растительным маслом	100	1,10	4,20	6,31	81	№ 47, 2021
	Суп лапша по - домашнему	250	2	3,08	8,9	106	№ 128, 2021
	Рис припущенный	180	3,6	5,4	38,8	310	№ 386, 2021г.
	Печень говяжья по-строгановски	100	19,5	9,4	7,6	199	№ 356, 2021
	Напиток из шиповника	180	0,68		4,30	22,00	№ 496, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		890	35	23	101	962	
Полдник: 12 - 18							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Печенье	100	3,75	4,9	31,2	207,5	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 575, 2021
Итого: Полдник 12 - 18		350	8	5	65	387	
Ужин: 12-18	Голубцы ленивые	100	9,45	11,34	3,15	160	№ 333, 2021
	Макаронные изделия отварные	200	3,33	2,97	17,73	123	№ 256, 2021
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	№ 459, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Ужин 12 - 18		600	20,88	15,46	75,03	567	
2 Ужин: 12 - 18							
	Молоко кипяченое	200	6,1	5,3	10,1	112,89	№ 469, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	6	5	10	113	
Итого за день:		2790	85	67	353	2642	



Меню приготавливаемых блюд

Район: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Четверг				
Завтрак 12 -18	Каша "Дружба"	250	3,9	4,95	20,7	160	№ 229, 2021
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 229, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 459, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	4,55	6,83	6,48	105,88	№ 575, 2021
	Итого: Завтрак 12 - 18	550	14,05	13,83	58,73	432,88	№ 63,2021
2 Завтрак 12 - 18	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак	200	1	0	10	43	
Обед 12 - 18	Салат из свежей моркови	100	1,2	6	11,2	94	№ 21,2021
	Суп картофельный с клецками	250	2,65	3,5	10,3	95	№ 115, 2021
	Рыба тушенная с овощами в томате	100	8,87	4,9	2,74	150	№ 299, 2021
	Каша рисовая вязкая	180	3,02	3,96	32,47	178	№ 217, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		880	24,14	19,61	111,46	845	
Полдник: 12 - 18	Чай с лимоном	200	0,3	0, 1	9,5	40	№ 459, 2021
	Ватрушки с повидлом	100	4,67	6	61	289	№ 530,2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 575, 2021
	Итого: Полдник 12 - 18		350	9	6	95	470
Ужин: 12-18	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,6	7,8	38,8	327	№ 202, 2021
	Тефтели мясные	100	13,26	14,09	6,27	215	№ 348, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Ужин 12 - 18		600	28,86	23,14	99,02	824
2 Ужин: 12 - 18	Кефир	200	6	6,4	8,0	112,5	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	6,1	6,4	8	112,52	
Итого за день:		2780	82	69	382	2727	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816820

Владелец Вахрушева Елена Михайловна

Действителен с 23.06.2025 по 23.06.2026