

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
СКОШИ ЧГО

10.03.2026г.

Утверждаю:

ИП Батуев Н. М.

Н.М. Батуев

10.03.2026г.

Примерное всесезонное десятидневное меню для учащихся,
воспитанников с

ограниченными возможностями здоровья.

МБОУ СКОШИ ЧГО с. Фоки

(12-18 лет)

Разработано:

Технолог: Ожегина О. В.



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	Зеленый горошек консервированный	100	1,4	1,9	2,65	33,5	№ 157, 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 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	30	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
Итого: Обед 12 - 18		900	41,59	27,38	138,83	914,48	
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	200	3,96	10,69	24,75	214	№ 176, 2021
	Тефтели мясные с рисом Ёжики	100	13,26	14,09	6,27	205	№ 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	25,22	26,03	84,97	701	
2 Ужин: 12 - 18							
	Кисломолочный напиток (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:		2800	95	84	419	2784	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	ыход блюда,	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Вторник				
Завтрак 12 - 18	Суп молочный с макаронными изделиями	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 сыром 40/10	50	6,90	9,00	10,00	149,00	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		550	21,51	14,91	68,84	539,75	
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	Салат из картофеля и кваш.капусты	100	2,1	6,3	8,2	98	№ 43, 2021
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	131	№ 100, 2021
	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,9	35,5	221,4	№ 256, 2021
	Котлета мясная	100	17,6	12,3	15	243	№ 339, 2021
	Напиток из шиповника	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		900	48,07	40,69	108,13	1059,4	
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	Котлеты из рыбы	100	11,24	5,55	12,54	143,38	№ 307 2021
	Картофель тушеный, с луком	200	6	4,6	18,6	140	№ 172, 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	18,05	103	№ 575, 2021
Итого: Ужин 12 - 18		600	25,24	11,4	83,09	565,38	
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:		2800	114	85	392	2946	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



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			Среда				
Завтрак 12 - 18	Каша манная молочная жидкая	250	7,75	8,85	38,64	270	№ 230, 2021
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	66	№ 79, 2021
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	№ 82, 2021
Итого: 2 Завтрак		200	1	1	14	63	
Обед 12 - 18	Винегрет с растительным маслом	100	1,58	6,64	8,84	101	№ 47, 2021
	Уха рыбацкая	250	7,33	2,3	8,33	83	№ 120, 2021
	Плов из отварной птицы	220	12,3	8,2	24,8	223	№ 375, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
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	№ 457, 2021
	Вафли	100	1,95	7,3	31,25	270,5	№ 580, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Полдник 12 - 18		350	6	8	65	450	
Ужин: 12-18	Запеканка рисовая с творогом	250	16,80	7,70	66	399	№ 282, 2021
	Повидло	50	2,40	4,82	7,90	84,60	№ 406, 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	11	83	565	
2 Ужин: 12 - 18							
	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	6,1	5,3	10,1	112,89	
Итого за день:		2720	82	61	329	2367	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШН 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	250	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 сыром 40/10	50	6,90	9,00	10,00	149,00	№ 63, 2021
	Итого: Завтрак 12 - 18	550	21,32	19,44	82,84	593	
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	№ 48, 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 пшеничная вязкая	200	8,13	7,24	37,95	253	№ 223, 2021
	Шницель рубленный куринный	100	14	12,6	7,5	199	№ 372, 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	30,61	20,99	94,4	718	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	6	6,4	11	118	
	Итого за день:	2780	107	81	375	2766	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Наименование блюда							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Пятница				
Завтрак 12 - 18	Каша пшеничная 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
		350	10	4	59	415	
	Итого: Полдник 12 - 18						
Ужин: 12-18	Рагу из овощей	200	3,96	10,69	24,75	210	№ 389, 2021
	Тефтели мясные с рисом Ёжики	100	13,26	14,09	6,27	205	№ 348, 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	25,62	26,03	95,77	743	
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	88	405	2959	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	ыход блюда,	Пищевые вещества			Энергетическая 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 сыром 40/10	50	4,55	6,83	6,48	105,88	№ 63,2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Завтрак 12 - 18	550	17,85	16,73	60,88	484,88	
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	Кукуруза консервированная порц.	100	14,4	0,82	28	121	№ 149, 2021
	Суп лапша по - домашнему	250	2	3,08	8,9	106	№ 128, 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	44,13	18,7	113,53	767,6	
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, 2021
	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							
	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	6,1	5,3	10,1	112,89	
	Итого за день:	2350	102	64	288	2197	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	ыход блюда,	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
	Яйцо варенное	50	5,08	4,6	0,28	62,8	№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		550	14,26	6,9	72,32	461,8	
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
	Суп картофельный с крупой	250	3,01	5,03	9,8	107	№ 114, 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	30	67	87	843	
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							
	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	5,8	6	8	113	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	5,8	6	8	113	
Итого за день:		2790	87	101	358	2565	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Недел 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 40/10	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	1,58	6,64	8,84	101	№ 47, 2021
	Борщ с капустой и картофелем	250	5,56	7,62	5,89	140,00	№ 95, 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	39	30	100	1016	
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							
	Кисломолочный напиток " Снежок	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	6	6	11	118	
Итого за день:		2790	89	75	353	2701	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	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 картофеля и кваш. капусты	100	2,1	6,3	8,2	98	№ 43, 2021
	Суп картофельный с клецками	250	2,65	3,5	10,3	95	№ 115, 2021
	Рыба тушеная с овощами в томате	100	8,87	4,9	2,74	150	№ 299, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	7,8	38,8	327	№ 202, 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	29,62	23,75	114,79	998	
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	Пюре из гороха с маслом	200	22	1,6	39,7	260,2
Тефтели мясные Ёжики		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	43,26	16,94	99,92	757,2	
2 Ужин: 12 - 18	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	6,1	5,3	10,1	112,89	
Итого за день:		2780	102	66	389	2814	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 137229390276579249501011284440209805858236050531

Владелец Леухина Наталья Леонидовна

Действителен с 18.08.2026 по 18.08.2027