

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"  
М.В.Коршенко

Согласовано: Директор

Примерное 2-х недельное меню с 12.01.2026 "завтрак + обед" для детей ОВЗ 7-11 лет  
(сахарный диабет) на II полугод. 2025-2026 уч год (дотация 373 руб 79 коп)

Но-мер рец.	Прием-пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки,	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>Неделя 1 день 1</b>						
<b>Завтрак</b>						
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/15	6,05	8,01	17,28	167,57
35/2003	Каша молочная "Дружба" с маслом сл без сахара	200/5	5,12	6,68	22,42	169,71
ттк 264	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>16,88</b>	<b>19,38</b>	<b>85,44</b>	<b>574,43</b>
<b>Обед</b>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
ттк 456	Каша "Царская" с мясом	200	17,00	18,56	36,00	404,00
ттк 540	Напиток из кураги и изюма без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02
	Батон с отрубями	30	2,70	0,90	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукт (мандарин)	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>30,05</b>	<b>28,00</b>	<b>125,27</b>	<b>856,47</b>
<b>Итого</b>			<b>46,93</b>	<b>47,38</b>	<b>210,71</b>	<b>1430,90</b>
<b>Неделя 1 день 2</b>						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Завтрак</b>						
ттк 410	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	100/30	11,24	12,18	11,62	199,13
469/1994	Паста "Триколлини"	150	5,3	2,98	30,11	183,94
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,74
	Батон с отрубями	25	2,25	0,75	13,45	66,91
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,50</b>	<b>16,41</b>	<b>81,38</b>	<b>554,40</b>
<b>Обед</b>						
45/2004	Салат из квашеной капусты	60	0,64	0,48	2,88	18,50
110/1994	Борщ с картофелем с мясом со сметаной	250/5/5	2,18	5,47	17,26	131,40
43/2003	Суфле Рыбка	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59
ттк 542	Напиток из ягод без сахара "Ягодный драйв"	200	0,16	0,04	2,42	10,52
	Батон с отрубями	50	4,5	1,5	26,9	133,83
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>24,26</b>	<b>25,62</b>	<b>112,43</b>	<b>731,52</b>
<b>Итого</b>			<b>43,76</b>	<b>42,03</b>	<b>193,81</b>	<b>1285,92</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b>Завтрак</b>						
492/2004	Плов из филе кури	200	13,32	15,07	38,33	353,98
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,3	18,76	89,56
ттк 562	Блины классические с маслом сливочным	50/10	3,02	4,2	5,44	105,66
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>19,06</b>	<b>19,59</b>	<b>72,37</b>	<b>587,00</b>

		<u>Обед</u>				
129/1994	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/5/5	5,46	6,42	18,77	141,17
ттк 466	Чиполлетти из мяса Пикантные	100	10,54	14,63	11,06	220,62
276/1994	Паста "Ригате" с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88
ттк 541	Напиток из яблок с сухофруктами без сахара	200	0,41	0,17	10,87	31,63
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,20	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35
	Фрукт	100	0,40	0,40	11,60	48,68
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>27,11</b>	<b>26,80</b>	<b>106,06</b>	<b>743,49</b>
	<b>Итого</b>		<b>46,17</b>	<b>46,39</b>	<b>178,43</b>	<b>1330,50</b>
	<b>Неделя 1 день 4</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	6,13	66,06
297/1994	Запеканка из творога	150	12,22	9,23	30,86	272,81
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Фрукт	120	0,48	0,48	13,92	58,41
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>15,17</b>	<b>17,21</b>	<b>67,39</b>	<b>476,29</b>
	<u>Обед</u>					
120/1994	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/5/5	1,96	3,67	9,43	75,66
ттк 452	Фрикассе из курицы	100	13,82	14,87	8,92	218,81
ттк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	150	3,49	4,25	36,8	199,93
ттк 536	Кукуруза отварная с маслом сливочным	50	0,68	1,6	4,1	33,23
ттк 544	Напиток из кураги без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02
	Батон с отрубями	30	2,70	0,90	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>25,35</b>	<b>25,68</b>	<b>104,36</b>	<b>716,95</b>
	<b>Итого</b>		<b>40,52</b>	<b>42,89</b>	<b>171,75</b>	<b>1193,24</b>
	<b>Неделя 1 день 5</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
1/2004	Бутерброд с сыром	15/15	1,88	1,33	9,68	13,86
ттк 547	Зрза мясная по - Уральски	100	10,60	12,00	11,40	237,00
472/1994	Картофельное пюре	100	2,07	2,44	14,71	88,39
ттк 536	Капуста цветная оварная с маслом сливочным	50	1,04	1,23	7,36	44,20
ттк 398	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	19,68	70,00
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>17,57</b>	<b>17,20</b>	<b>76,90</b>	<b>520,62</b>
	<u>Обед</u>					
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/5	3,21	4,85	23,60	127,39
ттк 539	Мясо в сметанном соусе	100	12,13	14,72	7,6	244,99
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,32	4,87	22,53	145,49
ттк 555	Напиток из яблок	200	0	0	18,95	70,71
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>24,74</b>	<b>26,10</b>	<b>112,93</b>	<b>775,57</b>
	<b>Итого</b>		<b>42,31</b>	<b>43,30</b>	<b>189,83</b>	<b>1296,19</b>

<b>Неделя 2 день 1</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b><u>Завтрак</u></b>						
3/2004	Хлеб с маслом и сыром	25/10/15	6,05	8,01	17,28	167,57
257/1994	Каша ячневая молочная с маслом сл без сахара	200/5	6,12	5,39	30,79	191,98
тгк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,02	5,83	18,66
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>15,52</b>	<b>15,02</b>	<b>89,42</b>	<b>538,33</b>
<b><u>Обед</u></b>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/5/20	7,25	7,75	32,56	214,46
тгк 535	Мясное соте (мясо с овощами)	100	10,86	12,69	12,12	221,17
466/1994	Рис припущенный	150	3,63	3,18	35,26	166,80
тгк 543	Напиток из ягод "Ассорти" без сахара	200	0,19	0,07	6,58	15,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>24,31</b>	<b>24,29</b>	<b>112,19</b>	<b>733,92</b>
<b>Итого</b>			<b>39,83</b>	<b>39,31</b>	<b>201,61</b>	<b>1272,24</b>
<b>Неделя 2 день 2</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b><u>Завтрак</u></b>						
469/2004	Фрикадельки мясные в молочном соусе	100/30	9,60	12,00	12,40	237,00
тгк 523	Булгур отварной	100	6,06	2,82	14,13	90,17
тгк 536	Кукуруза отварная с маслом сливочным	50	0,68	1,6	4,1	33,23
648/2004	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Фрукт (мандарин)	100	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>21,17</b>	<b>18,04</b>	<b>68,86</b>	<b>538,36</b>
<b><u>Обед</u></b>						
245/1	Огурец "Пикантный"	60	0,46	0,5	1,96	12,92
110/1994	Борщ с картофелем с мясом со сметаной	250/5/5	2,18	5,47	17,26	131,40
394/1994	Жаркое по - домашнему	200	16,4	20,64	28,23	354,1892
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	0,41	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукт	100	1,98	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>23,41</b>	<b>27,60</b>	<b>87,98</b>	<b>683,57</b>
<b>Итого</b>			<b>44,58</b>	<b>45,64</b>	<b>156,84</b>	<b>1221,93</b>
<b>Неделя 2 день 3</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<b><u>Завтрак</u></b>						
245/1	Огурец "Пикантный"	60	0,46	0,5	1,96	12,92
тгк 554	Кнели из мяса кур с сырным соусом	100/30	10,03	12,6	11,29	194,97
469/1994	Паста "Ригате"	150	5,3	2,98	34,11	183,94
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>17,44</b>	<b>16,25</b>	<b>78,03</b>	<b>518,51</b>
<b><u>Обед</u></b>						
132/1994	Суп из овощей с зеленым горошком с мясом со	250/5/5	3,15	7,53	13,15	125,90
403/1994	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	14,8	16,51	36,71	353,25
тгк 540	Напиток из кураги и изюма без сахара	200	0,72	0,03	16,46	51,02
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,43	48,35

-	Фрукт	150	0,60	0,60	17,40	73,02
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>22,57</b>	<b>25,14</b>	<b>105,87</b>	<b>707,51</b>
	<b>Итого</b>		<b>40,01</b>	<b>41,39</b>	<b>183,90</b>	<b>1226,02</b>
	<b>Неделя 2 день 4</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b>Завтрак</b>					
284/1994	Омлет натуральный	150	11,64	14,84	10,62	247,17
-	Йогурт	125	4,13	1,88	28,55	138,12
тгк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,02	5,83	18,66
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	25	1,25	1,24	23,01	102,10
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,79</b>	<b>18,15</b>	<b>79,73</b>	<b>562,02</b>
	<b>Обед</b>					
167/1994	Суп-поре из разных овощей с гренками	250/20	4,92	6,15	24,65	161,51
тгк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
276/1994	Паста "Триколлини" с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88
тгк 542	Напиток из ягод без сахара "Ягодный драйв"	200	0,16	0,04	2,42	10,52
	Батон с отрубями	30	2,70	0,90	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
-	Фрукт (банан)	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>28,47</b>	<b>26,95</b>	<b>104,02</b>	<b>737,70</b>
	<b>Итого</b>		<b>47,26</b>	<b>45,10</b>	<b>183,75</b>	<b>1299,72</b>
	<b>Неделя 2 день 5</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<b>Завтрак</b>					
1/2004	Бутерброд с маслом	15/10	2,23	1,48	9,73	55,36
43/2003	Суфле Рыбка	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное поре	100	2,07	2,44	14,71	88,39
тгк 536	Фасоль зеленая стручковая с маслом сливочным	50	1,04	1,23	7,36	44,20
648/2004	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,06	0,64
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,65	0,17	11,72	55,97
-	Фрукт	100	0,40	0,40	11,60	48,68
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,76</b>	<b>19,44</b>	<b>71,97</b>	<b>491,24</b>
	<b>Обед</b>					
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	250/10	4,59	6,86	31,94	237,13
тгк 230/2	Тефтели "Ежики"	100	14,48	13,27	12,12	188,03
тгк 462/1	Булгур отварной с овощной смесью	150	5,09	4,23	16,2	145,26
тгк 417	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,30
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>28,84</b>	<b>25,62</b>	<b>107,86</b>	<b>779,44</b>
	<b>Итого</b>		<b>47,60</b>	<b>45,06</b>	<b>179,83</b>	<b>1270,68</b>
	<b>Итого за (10 дней)</b>		<b>438,97</b>	<b>438,49</b>	<b>1850,46</b>	<b>12827,34</b>
	<b>Итого за (1 день)</b>		<b>43,90</b>	<b>43,85</b>	<b>185,05</b>	<b>1282,73</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097578

Владелец Васильева Вера Владимировна

Действителен с 10.04.2025 по 10.04.2026