



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

Согласовано: Директор



Примерное двухнедельное меню с 12.01.2026 "обед" для детей 7-11 лет ГПД
на 2025 - 2026 учебный год (родительская плата)

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Выход, г	Белки,	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всево	всево		
Неделя 1 день 1						
<i>Обед</i>						
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с гречками	250/10	5,54	5,56	24,31	164,1
тгк456	Каша "Царская" с мясом	200	17,00	18,56	36,00	404,00
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Батон с отрубями	50	4,5	1,5	26,9	133,8
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			29,1	26	109,56	797,7
Неделя 1 день 2						
<i>Обед</i>						
110/1994	Борщ с картофелем со сметаной	250/5	2,18	5,47	17,26	131,4
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
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Батон с отрубями	50	4,5	1,5	26,9	133,8
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			23,14	24,72	105,37	691,6
Неделя 1 день 3						
<i>Обед</i>						
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	1,97	4,34	15,02	104,9
тгк 466	Чиполлетти из мяса Пикантные	100	10,54	14,63	11,06	220,62
469/1994	Паста "Ригате"	150	5,3	2,98	30,11	183,94
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			21,89	22,53	92,6	673,3
Неделя 1 день 4						
<i>Обед</i>						
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,59	7,07	7,58	61,96
тгк 452	Фрикассе из курицы	100	13,82	14,87	8,92	218,81
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	150	3,48	4,24	36,79	199,92
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Батон с отрубями	50	4,5	1,5	26,9	133,8
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			25,45	28,06	102,54	710,3
Неделя 1 день 5						
<i>Обед</i>						

		<u>Обед</u>				
139/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	1,96	18,88	101,9
тгк 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
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
	Батон с отрубями	30	2,7	0,9	16,14	80,3
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
		Итого за 'Обед'	23,81	22,83	87,49	669,36
Неделя 2 день 1		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Обед</u>				
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с гренками	200/10	4,43	4,45	19,45	131,2
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
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
		Итого за 'Обед'	22,96	20,9	103,25	682,2
Неделя 2 день 2		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Обед</u>				
110/1994	Борщ с картофелем со сметаной	250/5	2,18	5,47	17,26	131,4
394/1994	Жаркое по - домашнему	200	16,4	20,64	28,23	354,2
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
		Итого за 'Обед'	22,99	26,72	84,25	660,6
Неделя 2 день 3		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Обед</u>				
132/1994	Суп из овощей с зеленым горошком со сметаной	200/5	2,53	6,05	10,57	101,2
403/1994	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	14,8	16,51	36,71	353,25
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,31	0,23	16,42	78,37
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
		Итого за 'Обед'	21,7	23,17	86,05	628,6
Неделя 2 день 4		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Обед</u>				
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/10	3,43	3,98	16,65	114,1
тгк 529	Чахохбили из мяса кур	100	11,64	14,42	7,44	192,80
469/1994	Паста "Триколлина"	150	5,3	2,98	30,11	183,94
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
	Батон с отрубями	50	4,5	1,5	26,9	133,8
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
		Итого за 'Обед'	26,97	23,26	103,44	721,3
Неделя 2 день 5		выход	Б	Ж	У	ЭЦ

	<u>Обед</u>					
136/1994	Суп картофельный с крупой с рыбой	200/10	4,91	3,89	27,05	143,3
ттк 230/2	Тефтели "Ежики"	100	14,48	13,27	12,12	188,03
472/1994	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,6
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
	Батон с отрубями	50	4,5	1,5	26,9	133,8
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		29,06	22,71	110,49	693,6
	Итого за период (10 дней)		247,07	240,9	985,04	6929
	Итого за (1 день)		24,71	24,09	98,50	692,87

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097578

Владелец Васильева Вера Владимировна

Действителен с 10.04.2025 по 10.04.2026