

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

Согласовано: Директор

Директор
Осипенко Н.А.

Примерное двухнедельное меню с 01.09.2025 "завтрак" для детей 7-11 лет 1 смена
(целиакия) на 1 полугод. 2025 - 2026 учебный год (дотация 108 руб 64 коп)

Но-мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	Неделя 1 день 1					
	Завтрак					
1/2004	Бутерброд с маслом и сыром на хлебце	5/10/15	7,46	12,23	17,33	211,70
35/2003	Каша молочная "Дружба" с маслом сл	200/5	5,12	6,68	27,08	187,40
тгк 264	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		18,12	23,39	82,15	609,77
	Неделя 1 день 2	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
245/1	Овощная подгарнировка (овощи "пикантные")	30	0,32	0,27	1,44	9,25
тгк 410	Тефтели "Ежики" из мяса	100	11,24	12,18	11,62	199,13
ТГК 480	Овощи паровые (из замороженных)	150	2,64	4,43	12,60	106,89
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,74
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
	Итого за 'Завтрак'		16,44	17,85	52,01	436,63
	Неделя 1 день 3	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
245/1	Овощная подгарнировка (овощи "пикантные")	25	0,19	0,21	0,82	5,37
492/2004	Плов из мяса кур	200	13,32	15,07	38,33	359,34
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		15,99	16,57	72,34	516,82
	Неделя 1 день 4	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
257/94	Каша рисовая молочная с маслом сл.	200/5	7,86	7,18	26,02	182,18
297/1994	Запеканка из творога с молоком сг.(без. гл)	80/20	5,44	10,45	15,36	221,80
648/2004	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
-	Фрукт	120	0,48	0,48	13,92	58,41
	Итого за 'Завтрак'		15,86	19	76,89	565,82
	Неделя 1 день 5	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
6/8	Рагу из мяса с овощами (без глютена)	200	16,7	22,97	28,89	358,19
648/2004	Кисель плодово-ягодный	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		19,18	24,26	62,08	510,30

	Неделя 2 день 1	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
1/2004	Бутерброд с маслом и сыром на хлебце	5/10/15	7,46	12,23	17,33	211,70
257/1994	Каша ячневая молочная с маслом сл	200/5	6,12	5,39	34,52	206,13
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		16,1	18,91	85,03	570,80
	Неделя 2 день 2	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
245/1	Овощная подгарнировка (овощи "пикантные")	30	0,32	0,27	1,44	9,25
401/1994	Гуляш из мяса (без глютена)	100	6,48	13,27	12,12	188,03
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,58	3,38	34,47	172,57
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
	Итого за 'Завтрак'		15,46	17,81	69,62	473,28
	Неделя 2 день 3	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
245/1	Овощная подгарнировка (овощи "пикантные")	30	0,23	0,25	0,98	6,46
ттк 269	Кнели из филе кур с рисом	100	12	11,3	11,9	195,00
470/1994	Картофель отварной	150	2,9	3,29	33,2	165,50
628/1994	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
	Итого за 'Завтрак'		17,21	15,73	67,67	470,39
	Неделя 2 день 4	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
284/1994	Омлет натуральный	150	11,64	16,84	10,62	247,17
-	Йогурт	125	4,13	1,88	28,55	138,12
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
	Итого за 'Завтрак'		18,29	20,01	72,35	538,26
	Неделя 2 день 5	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
ттк 455	Колобки рыбные	100	12,51	12,27	11,97	200,13
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
-	Фрукт	100	0,4	0,4	11,6	48,68
-	Хлебец без глютена	5	2	0,87	11,75	65,63
	Итого за 'Завтрак'		18,1	17,23	67,23	484,83
	Итого за период (10 дней)		170,75	190,76	707,37	5176,91
	Итого за (1 день)		17,08	19,08	70,74	517,69