

Согласовано:  
МАОУ "Гимназия № 80 г. Челябинска"

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "Детское  
общественное питание - ДОП"

  
А.В. Макарова  
" 09 " \_\_\_\_\_ 2024 г.  


  
Е.В. Вахитова  
" \_\_\_\_\_ 2024 г.  


**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание  
в размере 153,92 руб. (завтрак, обед)  
(1 - 4 класс)**

Категории:

- Отдельные категории обучающихся, осваивающих программы начального общего образования: обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>44,07</b>	<b>45,00</b>	<b>200,96</b>	<b>1415,78</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>19,27</b>	<b>19,85</b>	<b>110,18</b>	<b>703,73</b>
15/15	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	35,83
182/15	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	205	6,81	10,45	29,51	246,60
	Пряник	40	2,59	3,28	27,32	149,20
379/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,20
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
<b>Итого:</b>		<b>505</b>				
<b>ОБЕД</b>			<b>24,80</b>	<b>25,15</b>	<b>90,78</b>	<b>712,05</b>
45/15	Салат из белокочанной капусты	60	0,94	3,06	5,66	55,26
113/15	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3,09	4,61	12,54	107,36
291/15	Плов из филе птицы	200	17,73	17,16	42,90	409,09
376/15	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
<b>Итого:</b>		<b>705</b>				
<b>ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>46,67</b>	<b>53,09</b>	<b>159,41</b>	<b>1326,99</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>22,72</b>	<b>19,17</b>	<b>79,91</b>	<b>589,68</b>
295/15	Котлеты из мяса птицы	100	13,14	11,17	17,79	230,88
202/15	Макаронные изделия отварные	150	5,10	7,50	28,50	201,90
376/15	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				
<b>ОБЕД</b>			<b>23,95</b>	<b>33,92</b>	<b>79,50</b>	<b>737,31</b>
75/15	Икра морковная	60	1,20	0,06	12,33	54,72
101/15	Суп картофельный с рисовой крупой с мясом птицы	205	2,57	9,24	18,04	169,72
260/15	Гуляш из птицы (грудка)	100	14,25	16,66	5,27	232,00
312/15	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	21,99	176,30
394/15	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
<b>Итого:</b>		<b>735</b>				
<b>ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>43,63</b>	<b>53,20</b>	<b>176,33</b>	<b>1388,46</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>18,64</b>	<b>34,25</b>	<b>73,99</b>	<b>682,23</b>
316/15	Свекла отварная (порционно)	60	1,08	0,06	5,88	28,80
259/15	Жаркое по-домашнему	200	14,05	33,71	18,94	437,71
348/15	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	0,35	0,08	29,85	122,20
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				
<b>ОБЕД</b>			<b>24,99</b>	<b>18,95</b>	<b>102,34</b>	<b>706,23</b>
62/15	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	16,92	74,71
82/15	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и фрикадельками	210	2,64	3,56	11,76	93,00
295/15	Котлеты из мяса птицы	90	11,84	10,06	16,03	208,00
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	5,19	39,63	250,00
376/15	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
<b>Итого:</b>		<b>730</b>				

<b>ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>49,72</b>	<b>41,46</b>	<b>148,51</b>	<b>1191,17</b>
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>21,31</b>	<b>9,65</b>	<b>70,21</b>	<b>453,21</b>
291/15	Плов из филе птицы	200	18,01	8,95	36,45	298,67
376/15	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>				
	<b>ОБЕД</b>		<b>28,41</b>	<b>31,81</b>	<b>78,30</b>	<b>737,96</b>
67/15	Винегрет овощной	60	0,88	3,11	5,64	55,80
99/15	Суп из овощей со сметаной и фрикадельками	210	6,51	12,28	11,17	187,78
ТТК 209	Азу из мяса птицы по домашнему	260	18,35	16,26	39,62	389,81
349/15	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>				
<b>ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>46,73</b>	<b>38,51</b>	<b>200,81</b>	<b>1370,28</b>
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>18,91</b>	<b>13,29</b>	<b>88,00</b>	<b>552,39</b>
ТТК 370	Голубцы ленивые мясные	115	6,32	8,79	19,37	187,01
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,90	4,10	39,84	231,86
376/15	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>				
	<b>ОБЕД</b>		<b>27,82</b>	<b>25,22</b>	<b>112,81</b>	<b>817,89</b>
62/15	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	16,92	74,71
96/15	Рассольник Ленинградский с мясом птицы	205	3,09	4,61	12,54	107,36
182/06	Ежики в соусе	110	5,73	16,34	10,38	215,00
306/15	Гороховое пюре	150	16,26	4,03	33,97	247,30
394/15	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1,00	0,10	31,00	135,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
	<b>Итого:</b>	<b>745</b>				
<b>ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>44,03</b>	<b>55,49</b>	<b>137,82</b>	<b>1254,56</b>
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>18,19</b>	<b>18,35</b>	<b>66,38</b>	<b>511,01</b>
210/15	Омлет натуральный	70	6,50	11,59	1,23	135,17
182/15	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом сливочным	205	7,80	5,11	34,76	224,70
378/15	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>				
	<b>ОБЕД</b>		<b>25,84</b>	<b>37,14</b>	<b>71,44</b>	<b>743,55</b>
75/15	Икра морковная	60	1,21	6,20	12,33	113,00
103/15	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	205	3,96	4,86	17,01	131,81
ТТК 218	Бигус с птицей	200	16,48	25,76	10,39	345,00
349/15	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	<b>Итого:</b>	<b>705</b>				

<b>ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>39,92</b>	<b>61,63</b>	<b>168,43</b>	<b>1402,83</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>19,82</b>	<b>31,08</b>	<b>84,74</b>	<b>702,15</b>
ТТК № 156	Котлета по-Куравински с соусом	70/30	11,75	23,00	9,13	290,90
304/15	Рис отварной	150	3,67	5,42	36,67	210,11
	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	91,00
376/15	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				
<b>ОБЕД</b>			<b>20,10</b>	<b>30,55</b>	<b>83,69</b>	<b>700,68</b>
45/15	Салат из белокочанной капусты	60	0,94	3,06	5,66	55,26
35/06	Свекольник со сметаной и фрикадельками	210	4,65	6,92	12,49	134,27
278/15	Тефтели мясные в соусе (1-й вариант)	110	9,63	12,61	8,51	189,68
312/15	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	21,99	176,30
ТТК №324	Напиток "Лимонад" с лимоном	200	0,10	0,00	25,20	96,00
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
<b>Итого:</b>		<b>750</b>				
<b>ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>50,43</b>	<b>69,11</b>	<b>173,23</b>	<b>1535,26</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>25,96</b>	<b>30,04</b>	<b>78,70</b>	<b>688,21</b>
271/15	Котлета домашняя с соусом	100/10	13,37	25,54	10,07	322,83
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,90	4,10	39,84	231,86
376/15	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				
<b>ОБЕД</b>			<b>24,47</b>	<b>39,07</b>	<b>94,53</b>	<b>847,05</b>
52/15	Салат из свеклы	60	0,84	3,06	6,83	59,75
98/15	Суп крестьянский с крупой со сметаной и фрикадельками	210	7,49	22,52	13,83	292,92
295/15	Котлеты из мяса птицы	90	11,84	10,06	16,03	208,00
303/15	Каша пшеничная	150	3,14	3,27	22,34	136,50
883/15	Кисель плодово-ягодный	200	0,16	0,08	27,50	111,36
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
<b>Итого:</b>		<b>730</b>				
<b>ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>40,25</b>	<b>55,13</b>	<b>211,39</b>	<b>1530,31</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>19,46</b>	<b>36,15</b>	<b>100,46</b>	<b>806,26</b>
260/15	Гуляш из свинины	50/50	10,64	28,19	2,89	309,00
312,321/15	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушенная)	75/75	3,71	7,16	26,16	183,98
349/15	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				
<b>ОБЕД</b>			<b>20,79</b>	<b>18,98</b>	<b>110,93</b>	<b>724,05</b>
62/15	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	16,92	74,71
96/15	Рассольник Ленинградский с мясом птицы	205	3,96	4,86	17,01	131,81
ТТК370	Голубцы ленивые	115	6,32	8,79	19,37	187,01
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	5,19	39,63	250,00
376/15	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
<b>Итого:</b>		<b>750</b>				

<b>ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b>			<b>51,64</b>	<b>54,96</b>	<b>182,72</b>	<b>1471,72</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>21,83</b>	<b>21,51</b>	<b>81,77</b>	<b>620,10</b>
45/15	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,80	3,65	5,11	56,47
291/15	Плов из филе птицы	200	17,73	17,16	42,90	409,09
376/15	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого:</b>		<b>590</b>				
<b>ОБЕД</b>			<b>29,81</b>	<b>33,45</b>	<b>100,95</b>	<b>851,62</b>
316/15	Свекла отварная дольками	60	0,90	0,06	5,28	27,00
102/15	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	205	5,81	11,82	15,48	196,00
295/15	Котлеты из мяса птицы	100	13,14	11,17	17,79	230,88
143/15	Рагу из овощей	150	5,77	10,08	30,69	244,00
349/15	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
<b>Итого:</b>		<b>755</b>				