

СОГЛАСОВАНО:

МБОУ, Андрей 15  
г. Елец

руководитель общеобразовательного



Руководитель учреждения  
(Ф.И.О. руководителя учреждения)  
г. Елец 2022

УТВЕРЖДАЮ:

ООО "Столичная кулинарная компания"  
(наименование учреждения)

Ставиский А.Б.  
(Генеральный директор)

"1" октября 2022 г.

ИСПОЛНИТЕЛЬ:

ИП Бутаков М.Ю.  
(наименование учреждения)

Бутаков М.Ю.

"1" октября 2022 г.

**МЕНЮ**  
**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ**  
завтраков и обедов для двухразового питания  
на 2022 год для льготной категорий учащихся  
с ОВЗ 7-11 лет и 12 лет и старше в муниципальных образовательных  
учреждениях

г. Елец

1 неделя

День 1 завтрак

№№б/ рек	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическ.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
6	Бутерброд с колбасой	20/18	20/18	5,32	5,32	7,80	7,80	7,80	7,80	127,00	127,00
686	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Итого:			5,52	5,52	7,80	7,80	22,80	22,80	185,00	185,00

Обед

№№б/ рек	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическ.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Тутел ьян 41	Салат из моркови	50	40	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,15	20,92
124	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью	200/1	250/1	1,59	1,99	3,29	5,65	8,07	10,07	70,40	88,00
300	Птица тушеная в соусе	55/30	55/30	11,05	11,05	8,85	8,85	0,40	0,40	130,05	130,05
332	Макаронь отаарные	150	175	5,25	6,13	6,13	7,18	35,25	41,13	220,50	257,25
631	Компот из плодов и ягод	200	200	0,40	0,40	0,00	0,00	33,00	33,00	138,00	138,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	33,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	Итого:			21,41	22,56	18,80	22,17	94,78	101,50	650,10	690,22
	ВСЕГО:			26,93	28,08	26,60	29,97	117,58	124,30	835,10	884,22

День 2 завтрак

№№/реп	Наименование продукта	Выход		Белкиг		Жирыг		Углеводыг		Эн.цен,ккал.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
302	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	200/5	200/5	599,00	5,99	9,51	9,51	35,52	35,52	248,00	248,00
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40
	Итого:			600,55	7,54	10,03	10,03	59,77	59,77	353,40	353,40

Обед

№№/реп	Наименование продукта	Выход		Белкиг		Жирыг		Углеводыг		Эн.цен,ккал.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
33	Салат из отварной свеклы с маслом	50	40	0,71	0,57	3,04	2,43	4,18	3,34	49,95	39,96
155	Суп картофельный с клецками	200	250	1,44	1,80	1,92	2,40	11,28	14,10	69,60	87,00
505	Кнели из кур	60	60	13,68	13,68	7,98	7,98	4,08	4,08	142,80	142,80
511	Рис отварной	150	175	3,75	4,38	6,15	7,18	38,55	44,98	228,00	266,00
699	Напиток апельсиновый	200	200	0,10	0,10	0,00	0,00	25,20	25,20	96,00	96,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	Итого:			22,18	23,03	19,55	20,44	95,54	103,95	651,35	696,76
	ВСЕГО:			622,73	30,57	29,58	30,47	155,31	163,72	1004,75	1050,16

День 3 завтрак

№б/реш	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
340	Омлет натуральный с маслом сливочным	60/3	60/3	6,00	6,00	10,02	10,02	1,14	1,14	119,40	119,40
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Батон паровой витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40
	<b>Итого:</b>			6,20	6,20	10,02	10,02	16,14	16,14	177,40	177,40

Обед

№б/реш	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
43	Салат из свежей капусты с морковью	50	40	0,70	0,56	2,05	1,64	1,65	1,32	44,00	36,00
138	Суп картофельный с рисом и зеленью	200/1	250/1	1,44	1,80	4,16	5,20	13,20	16,50	98,00	122,00
431	Печень по-строгановски	40/40	40/40	10,88	10,88	10,88	10,88	3,12	3,12	156,00	156,00
297	Каша гречневая рассыпчатая	150	175	8,70	10,15	7,80	9,10	42,60	49,70	279,00	323,50
639	Компот из сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,00	0,00	31,40	31,40	124,00	124,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	<b>Итого:</b>			24,82	26,49	25,35	27,28	104,22	114,29	766,00	828,50
	<b>ВСЕГО:</b>			31,02	32,69	35,37	37,30	120,36	130,43	943,40	1005,90



День 4 завтрак

№б/рпс	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.пеп.ккал.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
302	Каши молочная рисовая с маслом сливочным	200/5	200/5	3,09	3,09	8,27	8,27	32,65	32,65	225,57	225,57
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Батон парезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40
	Итого:			4,64	4,64	8,79	8,79	56,90	56,90	330,97	330,97

Обед

№б/рпс	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.пеп.ккал.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
71	Винегрет	50	40	0,70	0,56	5,05	4,04	3,40	2,72	62,00	49,60
139	Суп картофельный с горохом и зеленью	200/1	250/1	6,08	7,60	4,56	5,70	16,00	20,00	130,40	163,00
388	Котлеты рыбные	60	80	7,80	7,80	5,28	5,28	9,12	9,12	117,60	117,60
520	Картофельное пюре	150	175	3,15	3,68	6,75	7,88	21,90	25,55	163,50	190,75
701	Напиток яблочный	200	200	0,10	0,10	0,00	0,00	26,40	26,40	102,00	102,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	Итого:			20,33	22,24	22,10	23,35	89,07	96,04	640,50	687,95
	ВСЕГО:			24,97	26,88	30,89	32,14	143,97	152,94	971,47	1018,92

День 5 завтрак

№сб/ реп	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическ.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
366	Запеканка из творога с повидлом	60/10	60/10	10,57	10,57	9,31	9,31	9,59	9,59	167,30	167,30
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Батон паровой витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40
	Итого:			12,12	12,12	9,83	9,83	33,84	33,84	272,70	272,70

Обед

№сб/ реп	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическ.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
25	Салат из отварных овощей	50	40	0,70	0,56	5,05	4,04	3,40	2,72	62,00	49,60
110	Борщ из свежей капусты с зеленью	200/1	250/1	1,59	1,99	5,51	6,55	10,55	13,17	84,80	106,00
433	Мясо тушеное	40/40	40/40	12,24	12,24	4,72	4,72	3,12	3,12	105,60	105,60
511	Рис отварной	150	175	3,75	4,38	6,15	7,18	38,55	44,98	228,00	266,00
651	Компот из плодов и ягод	200	200	0,40	0,40	0,00	0,00	33,00	33,00	138,00	138,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	Итого:			21,18	22,07	21,89	22,94	100,87	109,24	683,40	730,20
	ВСЕГО:			33,30	34,19	31,72	32,77	174,71	143,08	956,10	1002,90

2 неделя

День 1 завтрак

№сб/ рек	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическая	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
6	Бутерброд с колбасой	20/18	20/18	5,32	5,32	7,80	7,80	7,80	7,80	127,00	127,00
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	<b>Итого:</b>			5,52	5,52	7,80	7,80	22,80	22,80	185,00	185,00

Обед

№сб/ рек	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическая	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
405	Салат из белокочанной и морской капусты	50	40	0,70	0,56	2,55	2,04	4,80	3,84	46,00	36,80
138	Суп картофельный с шпеном и зеленью	200/1	250/1	1,44	1,80	4,16	5,20	13,20	16,50	98,00	122,00
499	Котлета из филе телятины	60	60	9,66	9,66	9,06	9,06	9,06	9,06	157,20	157,20
332	Макароны отварные	150	175	5,25	6,13	6,15	7,18	35,25	41,13	220,50	257,25
639	Компот из сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,00	0,00	31,40	31,40	124,00	124,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	<b>Итого:</b>			20,15	21,25	22,38	23,93	105,96	114,18	710,70	762,25
	<b>ВСЕГО:</b>			25,67	26,77	30,18	31,73	128,76	136,98	895,70	947,25

День 2 завтрак

№№ реп	Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. цен, ккал.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
302	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	200/5	200/5	599,00	5,99	9,51	9,51	35,52	35,52	248,00	248,00
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40
	Итого:			600,55	7,54	10,03	10,03	59,77	59,77	353,40	353,40

Обед

№№ реп	Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. цен, ккал.	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
78	Икра свекольная	50	40	1,20	0,96	3,80	3,04	6,50	5,20	66,00	53,00
140	Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью	200/1	250/1	2,88	3,60	3,60	4,50	22,40	28,00	96,00	120,00
374	Рыба тушеная в томате с овощами	50/40	50/40	9,54	9,54	4,86	4,86	5,04	5,04	103,50	103,50
520	Картофельное пюре	150	175	3,15	3,68	6,75	7,88	21,90	25,55	163,50	190,75
705	Напиток из шиповника	200	200	0,40	0,40	0,00	0,00	23,60	23,60	94,00	94,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	Итого:			19,67	20,68	19,47	20,73	91,69	99,64	588,00	626,25
	ВСЕГО:			620,22	28,22	29,50	30,76	151,46	159,41	941,40	979,65



День 3 завтрак

№п/р	Наименование продукта	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
302	Каши молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/5	200/5	5,43	5,43	6,43	6,43	27,35	27,35	188,53	188,53
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Итого:			6,98	6,98	6,95	6,95	51,60	51,60	293,93	293,93

Обед

№п/р	Наименование продукта	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Тутел юн 41	Салат из моркови	50	40	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,15	20,92
132	Рассольник Ленинградский с зеленым	200/1	250/1	2,39	2,99	4,95	5,85	16,15	20,17	108,00	135,00
492	Плов с курицей	40/150	40/175	14,06	15,91	14,06	15,91	25,84	29,24	292,60	346,50
701	Напиток яблочный	200	200	0,10	0,10	0,00	0,00	26,40	26,40	102,00	102,00
	Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	Итого:			19,67	22,00	19,52	22,26	86,45	92,71	593,75	669,42
	ВСЕГО:			26,65	28,98	26,47	29,21	138,05	144,31	887,68	963,35

День 4 завтрак

№№/реп	Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энерг, ккал	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
366	Запеканка из творога с повидлом	60/10	60/10	10,57	10,37	9,31	9,31	9,59	9,59	167,30	167,30
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40
	Итого:			10,77	10,77	9,31	9,31	24,59	24,59	225,30	225,30

Обед

№№/реп	Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энерг, ккал	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
71	Винегрет	50	40	0,70	0,56	5,05	4,04	3,40	2,72	62,00	49,60
155	Суп картофельный с клецками	200	250	1,44	1,80	1,92	2,40	11,28	14,10	69,60	87,00
437	Тефтели в соусе	60/30	60/30	11,07	11,07	13,07	13,07	11,22	11,22	209,40	209,40
297	Каша гречневая рассыпчатая	150	175	8,70	10,15	7,80	9,10	42,60	49,70	279,00	325,50
699	Напиток апельсиновый	200	200	0,10	0,10	0,00	0,00	25,20	25,20	96,00	96,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	Итого:			24,51	26,18	28,30	29,07	105,95	115,19	781,00	832,50
	ВСЕГО:			35,28	36,95	37,61	38,38	130,54	139,78	1006,30	1057,80

День 5 завтрак

№№/реп	Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
340	Омлет натуральный с маслом сливочным	60/3	60/3	6,00	6,00	10,02	10,02	1,14	1,14	119,40	119,40
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
	Битон парезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40
	Итого:			7,55	7,55	10,54	10,54	25,39	25,39	224,80	224,80

Обед

№№/реп	Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая	
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
43	Салат из свежей капусты с морковью	50	40	0,70	0,56	2,05	1,64	1,65	1,32	44,00	36,00
139	Суп картофельный с горохом и зеленью	200/1	250/1	6,08	7,60	4,56	5,70	16,00	20,00	130,40	163,00
439	Печень тушеная в соусе	40/40	40/40	15,92	15,92	10,76	10,76	3,69	3,69	177,20	177,20
332	Макароны отварные	150	175	5,25	6,13	6,13	7,18	35,25	41,13	220,50	257,25
639	Компот из сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,00	0,00	31,40	31,40	124,00	124,00
	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	65,00	65,00
	Итого:			31,05	33,31	23,98	25,73	100,24	109,79	761,10	822,45
	ВСЕГО:			38,60	40,86	34,52	36,27	125,63	135,18	985,90	1047,25