



Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

04 мая 2026г. -08 мая 2026г.

| Прием пищи       | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|--|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |  |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак          | Каша вязкая молочная из овсяной с маслом | 200/10      | 8,47                 | 11,57 | 42,82  | 290,33                         |           | 173         |
|                  | Сыр (порциями)                           | 20          | 5,28                 | 5,32  |        | 68,72                          | 0,16      | 15          |
|                  | Напиток "Витоща Лайт"                    | 200         |                      |       | 18     | 72                             |           | 352,03      |
|                  | Хлеб пшеничный                           | 40          | 3,2                  | 0,96  | 19,2   | 96                             | 0,06      |             |
|                  | Хлеб ржаной                              | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                             |           |             |
| Итого за Завтрак |  |             | 19,38                | 18,75 | 94,96  | 593,05                         | 25        |             |
| Обед.            | Суп картофельный с бобовыми в/у          | 200         | 4                    | 7,2   | 36,8   | 172,8                          |           | 102         |
|                  | Гренки                                   | 20          | 2,4                  | 0,4   | 12,6   | 63                             |           | 371         |
|                  | Гуляш свинина                            | 50/50       | 12,09                | 29,81 | 4,59   | 323,24                         | 2         | 260         |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)   | 150         | 11,63                | 9,68  | 62,9   | 385,19                         |           | 171         |
|                  | Чай с лимоном                            | 200/7       | 0,21                 | 0,03  | 16     | 65                             | 2,83      | 377         |
|                  | Хлеб пшеничный                           | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                  | Хлеб ржаной                              | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Обед.   |  |             | 32,89                | 48,2  | 152,45 | 1101,23                        | 13,06     |             |
| Итого за день    |  |             | 238,28               |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ВТОРНИК

| Прием пищи       | Наименование блюда                                  | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|---|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |   |             | Б                    | Ж     | У     |                                |           |             |
| Завтрак          | Зразы рубленные (свин.)                             | 90          | 10,55                | 20,45 | 14,92 | 285,46                         | 1,19      | 274         |
|                  | Макаронные изделия отварные                         | 150         | 5,49                 | 4,5   | 26,4  | 227,49                         |           | 309         |
|                  | Чай с лимоном                                       | 200/7       | 0,21                 | 0,03  | 16    | 65                             | 2,83      | 377         |
|                  | Хлеб пшеничный                                      | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6   | 48                             | 0,03      |             |
|                  | Хлеб ржаной   | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96  | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак |   |             | 18,81                | 26,06 | 76,88 | 669,95                         |           |             |
| Обед.            | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у | 200/10      | 1,4                  | 3,94  | 15,59 | 103,22                         | 6,16      | 82,04       |
|                  | Азу по-татарски (свинина) в/у                       | 240         | 15,85                | 8,58  | 4,47  | 161,85                         | 1         | 637         |
|                  | Чай с сахаром                                       | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15    | 60                             | 0,03      | 376         |
|                  | Хлеб пшеничный                                      | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4  | 72                             | 0,05      |             |
|                  | Хлеб ржаной   | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96  | 44                             |           |             |
|                  | Итого за Обед.                                      |             |                      | 20,71 | 13,9  | 59,42                          | 441,07    | 1           |
| Итого за день    |   |             | 238,28               |       |       |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

СРЕДА

| Прием пищи       | Наименование блюда                                       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|--|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |  |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак          | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом                  | 200/10      | 16,71                | 20,5  | 47,09  | 311,77                         |           | 173         |
|                  | Чай с молоком  | 200         | 1,4                  | 1,6   | 17,7   | 91                             | 1,33      | 376         |
|                  | Хлеб пшеничный   | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                  | Хлеб ржаной  | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
|                  | Фрукт свежий   | 1           | 0,8                  | 0,8   | 19,6   | 94                             |           |             |
| Итого за Завтрак |  |             | 21,47                | 23,98 | 103,95 | 588,77                         |           |             |
| Обед.            | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне в/у | 200/10      | 6,14                 | 3,98  | 17,37  | 111,46                         | 6,06      | 88,04       |
|                  | Шницели (свинина)  | 90          | 13,46                | 25,15 | 26,04  | 352,44                         |           | 268,04      |
|                  | Пюре картофельное в/у                                    | 150         | 3,72                 | 6,12  | 58,44  | 273                            | 30,72     | 312         |
|                  | Компот из изюма  | 200         | 0,46                 | 0,1   | 33,12  | 132                            |           | 348         |
|                  | Хлеб пшеничный   | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                  | Хлеб ржаной  | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
|                  | Итого за Обед.   |             |                      | 27,14 | 36,67  | 159,33                         | 984,9     |             |
| Итого за день    |  |             | 238,28               |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи       | Наименование блюда                  | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|-------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |                                     |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак          | Тефтели 2-й вариант /свин/          | 60/30       | 6,96                 | 16,1  | 11,6   | 223                            | 0,92      | 279         |
|                  | Пюре картофельное в/у               | 150         | 3,72                 | 6,12  | 58,44  | 273                            | 30,72     | 312         |
|                  | Огурец порционный                   | 60          | 0,48                 | 0,12  | 1,56   | 8,4                            |           | 71          |
|                  | Чай с сахаром                       | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             | 0,03      | 376         |
|                  | Хлеб пшеничный                      | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                  | Хлеб ржаной                         | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак |                                     |             | 13,82                | 23,48 | 106,16 | 656,4                          |           |             |
| Обед.            | Рассольник ленинградский на курином | 250/10      | 5,6                  | 5,1   | 47,93  | 218,99                         | 16        | 96,04       |
|                  | Плов из бройлер-цыплят в/у          | 200         | 19,46                | 22,54 | 62,14  | 500,73                         | 6,01      | 291         |
|                  | Компот из ягод (заморозка)          | 200         | 0,68                 | 0,14  | 35,26  | 143,8                          | 0,6       | 388,06      |
|                  | Хлеб пшеничный                      | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                  | Хлеб ржаной                         | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
|                  | Итого за Обед.                      |             |                      | 28,3  | 28,86  | 164,89                         | 955,52    | 22,64       |
| Итого за день    |                                     |             | 238,28               |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ПЯТНИЦА

| Прием пищи       | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |                                       |             | Б                    | Ж     | У     |                                |           |             |
| Завтрак          | Каша вязкая молочная из риса с маслом | 200/10      | 1,76                 | 2,23  | 7,43  | 36,99                          | 0,13      | 174         |
|                  | Яйца вареные                          | 40          | 5,08                 | 4,6   | 0,28  | 62,8                           |           | 209         |
|                  | Чай с молоком                         | 200         | 1,4                  | 1,6   | 17,7  | 91                             | 1,33      | 376         |
|                  | Хлеб пшеничный                        | 40          | 3,2                  | 0,96  | 19,2  | 96                             | 0,06      |             |
|                  | Хлеб ржаной                           | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94 | 66                             |           |             |
| Итого за Завтрак |                                       |             | 12,87                | 10,29 | 59,55 | 352,79                         |           |             |
| Обед.            | Суп из овощей на курином бульоне в/у  | 200/10      | 1,28                 | 4,03  | 7,39  | 76,93                          | 8,38      | 99,04       |
|                  | Печень по-строгановски                | 50/50       | 40,61                | 32,81 | 9,36  | 462,5                          | 1         | 255         |
|                  | Макаронные изделия отварные           | 150         | 5,49                 | 4,5   | 26,4  | 227,49                         |           | 309         |
|                  | Чай с сахаром                         | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15    | 60                             | 0,03      | 376         |
|                  | Хлеб пшеничный                        | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4  | 72                             | 0,05      |             |
|                  | Хлеб ржаной                           | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96  | 44                             |           |             |
|                  | Итого за Обед.                        |             |                      | 50,84 | 42,72 | 82,51                          | 942,92    |             |
| Итого за день    |                                       |             | 238,28               |       |       |                                |           |             |