УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2 _____ Е.О. Розенбах
_____ Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

ПОНЕДЕЛЬНИК 19 октября 2026г. -23 октября 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	Фрукт свежий_	1	0,8	0,8	19,6	94	20	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			11,96	8,89	92,33	531,58	1	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Азу по-татарски (свинина)_	260	17,17	9,29	4,84	175,35	1	637
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			19,17	10,55	39,76	320,95	1	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Рагу из овощей_	150	2,52	3,95	15,35	98,07	17,9	143
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Фрукт свежий_	1	0,8	0,8	19,6	94	20	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			5,32	6,01	69,87	337,67		
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Плов (свин.)_	250	27,5	28,14	43,39	536,65	2,14	265
	Кисель "Витошка"_	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб ржаной	50	2,38	1,5	24,9	107		
Итого за Завтрак			29,98	29,68	92,29	738,65	20	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша Царская с курой_	260	78,52	49,06	26,18	861,46	6	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			80,52	50,32	61,1	1007,06	0,03	
Итого за день 99,16 рублей								

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

19 октября 2026г. -23 октября 2026г.

Рацион: 1-4_диета_ЧП

ПОНЕДЕЛЬНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша Царская с курой_в/у	230	24,94	33,46	31,67	529,91	1,68	
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Хлеб ржаной	70	4,11	0,7	31,13	147	0,05	
Итого за Завтрак			29,05	34,16	80,8	748,91	27	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_ЧП

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Курица отварная_	90	15,28	14,54	13,16	217,4	1	288
	Макаронные изделия отварные	150	5,33	4,91	36,36	214,24		309
	Чай с лимоном_	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб ржаной	60	3,52	0,6	26,68	126	0,04	
Итого за Завтрак			24,34	20,08	92,2	622,64	5,82	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_ЧП

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами в/у	210	12,82	10,86	63,55	408,77	3,15	44
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	2,35	0,4	17,79	84	0,03	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
Итого за Завтрак			16,07	12,12	115,94	646,77		
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_ЧП

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Тефтели 2-й вариант /свин/_	60/30	8,07	22,59	10,85	272,03	2,3	279
	Картофель печеный_в/у	150	2,9	5,67	20	135	20,61	468
	Огурец порционный	60	0,48	0,06	1,56	8,4	6	71
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	2,35	0,4	17,79	84	0,03	
Итого за Завтрак			13,9	28,78	65,2	559,43	28,97	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_ЧП

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/10	5,65	10,74	46,14	303,66		174
	Сыр (порциями)	40	10,4	10,45		135,6	0,32	15
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	70	4,11	0,7	31,13	147	0,05	
Итого за Завтрак			20,26	21,95	92,27	646,26		
Итого за день 99,16 рублей								

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.Ю. Есенсах
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК

ПОНЕДЕЛЬНИК

19 октября 2026г. -23 октября 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами в/у	200	12,21	10,35	60,52	389,31	3	44
	Огурец порционный	60	0,48	0,06	1,56	8,4	6	71
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Хлеб пшеничный	40	3,12	1,08	21,32	107,2		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			17,57	11,79	114,74	639,91	25	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Мясо отварное (свин.)_	90	25,27	20,23	3,17	293,4	0,02	241
	Макаронные изделия	150	5,69	0,69	31,9	156,29		202
	Чай с лимоном_	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			35,27	22,06	80,4	658,09		
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Азу по-татарски (свинина)_в/у	150	9,38	19,51	19,6	287,49	24	637
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,54	10,66	53,6		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
	Мандарин	100	0,8	0,2	7,51	38	38	11 001
Итого за Завтрак			13,01	20,51	61,66	481,09	38	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Тефтели 2-й вариант /свин/_	60/30	8,07	22,59	10,85	272,03	2,3	279
	Картофель печеный_в/у	150	2,9	5,67	20	135	20,61	468
	Огурец порционный	60	0,48	0,06	1,56	8,4	6	71
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,54	10,66	53,6		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Завтрак			14,28	29,12	66,96	571,03	28,95	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша Царская с курой_в/у	240	26,02	34,91	33,05	552,95	1,75	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			30,22	36,08	77,38	756,35	2	
Итого за день 99,16 рублей								

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

_____ Е.С. Розенбах
_____ Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

ПОНЕДЕЛЬНИК **19 октября 2026г. -23 октября 2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами_в/у	235	14,35	12,16	71,11	457,44	3,53	44
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Булочка домашняя с помадкой_	75	5,22	4,65	40,2	222,55		424,01
	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,54	10,66	53,6		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Завтрак			22,3	17,55	148,86	847,59	25	
Итого за день 117,66 рублей								

ВТОРНИК

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Паста болоньезе со свининой_в/у	280	21,06	23,42	52,9	510,38	1	54,03
	Икра кабачковая_ттк	30	0,76	3,56	3,08	47,6	2,8	
	Чай с лимоном_	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,54	10,66	53,6		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Завтрак			24,76	27,75	91,53	718,58	8,16	
Итого за день 117,66 рублей								

СРЕДА

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Плов из бройлер-цыплят_в/у	215	20,91	25,97	35,68	463,06	3,17	291
	Булочка с корицей_	75	3,79	3,09	25,5	147,17		438
	Чай с молоком_	200	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			30,2	31,77	108,21	844,63	2	
Итого за день 117,66 рублей								

ЧЕТВЕРГ

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Тефтели 2-й вариант /свин/_	70/35	9,42	26,36	12,66	317,37	2,68	279
	Картофель печеный_в/у	180	3,48	6,8	24	162	24,73	468
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Булочка с маком_	50	3,66	5,86	28,86	184,19		424
	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,54	10,66	53,6		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Завтрак			19,39	39,82	100,07	819,16	27,45	
Итого за день 117,66 рублей								

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша Царская с курой_в/у	260	78,52	49,04	26,16	861,48		
	Чай с молоком_	200	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
	Крендель сахарный_	50	3,05	5,23	27,31	168,32		415
	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,54	10,66	53,6		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Завтрак			85,7	56,61	90,72	1216,4	6	
Итого за день 117,66 рублей								

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

ПОНЕДЕЛЬНИК

19 октября 2026г. -23 октября 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
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 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 Обед.			32,78	48,23	151,45	1096,23	10,26	
Итого за день 139,12 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_в/у	200/10	2,46	5,84	11,8	110,07	15,29	82,04
	Котлета (свинина)_	90	12,19	23,52	14,84	309,64		268,05
	Макаронные изделия отварные	150	5,33	4,91	36,36	214,24		309
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Обед.			24,08	35,38	110,33	849,35	25	
Итого за день 139,12 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
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	12,18	23,45	14,81	308,97		268,04
	Картофель печеный_в/у	150	2,9	5,67	20	135	20,61	468
	Компот из изюма_	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Обед.			25,19	34,21	110,18	809,83		
Итого за день 139,12 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Рассольник ленинградский на курином бульоне_в/у	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 139,12 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
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
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	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 Обед.			56,18	47,66	114,21	1076,62		
Итого за день 139,12 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Капиенко

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

19 октября 2026г. -23 октября 2026г.

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп картофельный с бобовыми_в/у	200	3,32	5,97	30,53	143,33		102
	Гренки из ржаного хлеба_	20	1,2	0,2	6,3	31,5		371,01
	Гуляш свинина_	50/50	12,13	29,9	4,59	324,02	1	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	9,11	6,18	44,78	275,9		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	2,35	0,4	17,79	84	0,03	
Итого за Обед.			28,21	42,71	118,99	918,75	8,69	
Итого за день 139,12 рублей								

ВТОРНИК

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_в/у	200/10	2,46	5,84	11,8	110,07	15,29	82,04
	Зразы рубленые (свин.)	90	10,71	26,71	14,66	333,38	3,6	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,33	4,91	36,36	214,24		309
	Напиток "Витошка Лайт"	200			18	72		352,03
	Хлеб ржаной	60	3,52	0,6	26,68	126	0,04	
Итого за Обед.			22,02	38,06	107,5	855,69	25	
Итого за день 139,12 рублей								

СРЕДА

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
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	12,18	23,45	14,81	308,97		268,04
	Пюре картофельное_в/у	150	3,24	5,08	22,04	150,72	25,66	312
	Компот из изюма_	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб ржаной	50	2,93	0,5	22,23	105	0,03	
Итого за Обед.			24,95	33,11	109,57	808,15		
Итого за день 139,12 рублей								

ЧЕТВЕРГ

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Рассольник ленинградский на курином бульоне_в/у	250/10	3,3	7,41	17,7	154,33	22,33	96,04
	Плов из бройлер-цыплят_в/у	200	19,45	24,16	33,19	430,75	2,95	291
	Компот из ягод (заморозка)_	200			29,95	113,73	0,05	388,06
	Хлеб ржаной	40	2,35	0,4	17,79	84	0,03	
Итого за Обед.			25,1	31,97	98,63	782,81	2	
Итого за день 139,12 рублей								

ПЯТНИЦА

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп из овощей на курином бульоне_в/у	200/10	2,33	5,89	9,68	102,76	13,8	99,04
	Печень по-строгановски_	50/50	13,29	11,26	3,56	184,98	1	255
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	9,11	6,18	44,78	275,9		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	2,35	0,4	17,79	84	0,03	
Итого за Обед.			27,18	23,79	90,81	707,64		
Итого за день 139,12 рублей								

Зав. производством Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Р.О. Розенбах
Р.Ф. Калинина

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

19 октября 2026г. -23 октября 2026г.

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша вязкая молочная из пшена с маслом_	250/10	9,66	13,31	49,26	356,09		173
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			10,61	13,91	77,22	470,89	25	
Обед.								
	Суп картофельный с бобовыми_в/у	250	4,15	7,46	38,16	179,16		102
	Гуляш свинина_	50/50	12,13	29,9	4,59	324,02	1	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	10,93	7,42	53,74	331,08		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			28,26	45,44	121,45	937,06	10,57	
Итого за день 281,94 рубль								

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Шницель натуральный рубленый (свин.)_б/г	100	17,29	35,8	8,23	426,41		267
	Картофель печеный_в/у	180	3,48	6,8	24	162	24,73	468
	Икра кабачковая_ттк	30	0,76	3,56	3,08	47,6	2,8	
	Чай с лимоном_	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			22,69	46,79	61,27	743,81		
Обед.								
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_в/у	250/10	3,05	7,23	14,61	136,28	18,93	82,04
	Азу по-татарски (свинина)_в/у	250	15,64	32,51	32,67	479,15	40	637
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			19,64	40,34	75,24	730,23	25	
Итого за день 281,94 рубль								

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша вязкая молочная из риса с маслом_	250/10	7	13,3	57,13	375,96		174
	Чай с молоком_	200	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			9,35	15,5	84,79	509,76		
Обед.								
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне_в/у	250/10	7,6	4,93	21,51	138	7,5	88,04
	Курица отварная	100	16,98	16,16	14,62	241,56	2	288
	Пюре картофельное_в/у	180	3,89	6,1	26,45	180,86	30,79	312
	Компот из изюма_	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			29,88	27,89	105,66	735,22	2	
Итого за день 281,94 рубль								

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Тефтели 2-й вариант /свин/_	70/35	9,42	26,36	12,66	317,37	2,68	279
	Пюре картофельное_в/у	180	3,89	6,1	26,45	180,86	30,79	312
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			14,36	33,12	64,07	601,03	33,5	
Обед.								
	Рассольник домашний на курином бульоне_в/у	250/10	2,09	5,09	45	230	13,13	95,04
	Плов из бройлер-цыплят_в/у	240	23,34	28,99	39,83	516,9	3,54	291
	Компот из ягод (заморозка)_	200			29,95	113,73	0,05	388,06
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			26,38	34,68	124,74	903,43	2	
Итого за день 281,94 рубль								

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа)_	250/10	10,6	17,57	60,78	445		18
	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	378
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			18,03	24,37	88,72	641,6		
Обед.								
	Суп из овощей на курином бульоне_в/у	250/10	2,89	7,29	11,98	127,23	17,08	99,04
	Печень по-строгановски_	50/50	13,29	11,26	3,56	184,98	1	255
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	10,93	7,42	53,74	331,08		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлебцы_	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			28,16	26,63	94,24	746,09		
Итого за день 281,94 рубль								

Зав. производством Ю.А. Зуйкова