

Утверждаю:

Директор БПОУ «Усть-Заостровский СТ»

*О.В. Васильева*  
О.В. Васильева

МЕНЮ ( для детей с ОВЗ)

на 13 января 2026 г.

| Наименование блюд                                | Выход<br>блюда<br>(грамм) | белки | жиры   | углеводы | Энергетич. | № рец. |
|--------------------------------------------------|---------------------------|-------|--------|----------|------------|--------|
| <b>Завтрак:</b>                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
| Итого:                                           |                           | 0     | 0      | 0        | 0          |        |
| <b>Обед:</b>                                     |                           |       |        |          |            |        |
| Щи из свежей капусты с картофелем                | 250                       | 3,2   | 10,2   | 15,4     | 163        | 1164   |
| Говядина тушенная с морковью и томатом           | 100                       | 33    | 28,1   | 7        | 412,7      | 816    |
| Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным | 200                       | 6     | 8,8    | 31       | 233,2      | 338    |
| Кисель с витамином «С»                           | 200                       | 0,02  | 0      | 32,1     | 125,8      | 349    |
| Хлеб пшеничный                                   | 60                        | 4,5   | 0,6    | 28,8     | 138        | пром.  |
| Икра кабачковая                                  | 50                        | 0,5   | 3,5    | 3,5      | 48,5       | пром.  |
| Мандарины                                        | 327                       | 2,7   | 0,8    | 25       | 121        | пром.  |
| Печенье                                          | 95                        | 5,4   | 22,5   | 54       | 441        | пром.  |
| Итого:                                           |                           | 55,32 | 74,5   | 196,8    | 1683,2     |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
| <b>Ужин:</b>                                     |                           |       |        |          |            |        |
| Котлета из говядины с соусом                     | 50/50                     | 21,2  | 19,4   | 10       | 297,4      | 466    |
| Хлеб пшеничный                                   | 30                        | 2,25  | 0,3    | 14,4     | 69         | пром.  |
| Чай с сахаром                                    | 200/15                    | 0     | 0      | 15       | 60         | 1143   |
| Макароны отварные с овощами                      | 320                       | 10,26 | 14,82  | 63,42    | 404,32     | 534    |
| Итого:                                           |                           | 33,71 | 34,52  | 102,82   | 830,72     |        |
| <b>2 Ужин:</b>                                   |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
| Итого:                                           |                           |       |        |          |            |        |
| Итого за день:                                   |                           | 89,03 | 109,02 | 299,62   | 2513,92    |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |
|                                                  |                           |       |        |          |            |        |

Главный бухгалтер :  
Зав.столовой :

*В.В. Батенок*

М.В. Батенок  
С.Н. Сатьянова