

07.04.2025 неделя 1, день 1 (понедельник)

# 1. ОВ для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

| Выход (г)                   | Рецепт | Наименование блюда                                                                                                                                                                                    | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>              |        |                                                                                                                                                                                                       |                                                                             |                         |
| 65 3                        |        | <b>Вутероробы с сыром</b><br><small>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</small>                                                                                                           | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-20                             | 20-07                   |
| 100 -                       |        | <b>Икра кабачковая консервированная</b>                                                                                                                                                               | Калорийность-91, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7                                | 15-99                   |
| 150 147                     |        | <b>Омлет паровой</b><br><small>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                            | Калорийность-224, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-4                             | 50-08                   |
| 200 266                     |        | <b>Какао с молоком</b><br><small>молоко, сахар-песок, какао-порошок</small>                                                                                                                           | Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15                              | 10-76                   |
| 100 231                     |        | <b>Фрукты свежие (яблоки)</b>                                                                                                                                                                         | Калорийность-44, Углеводы-10                                                | 7-28                    |
| 40 -                        |        | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                    | Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16                                       | 2-28                    |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |        |                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-738, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-72                            | 106-46                  |
| <b>Обед</b>                 |        |                                                                                                                                                                                                       |                                                                             |                         |
| 100 17                      |        | <b>Салат из соленых огурцов с луком</b><br><small>огурцы соленые*, лук репчатый, масло растительное</small>                                                                                           | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2                                | 13-51                   |
| 250 62                      |        | <b>Борщ с капустой и картофелем и мясом</b><br><small>мясо говядина, свекла, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное, томатная заправка, соль, сахар-песок</small> | Калорийность-184, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-8                              | 35-86                   |
| 100 203                     |        | <b>Фрикадельки из говядины паровые</b><br><small>мясо говядина, хлеб пшеничный, масло сливочное, соль</small>                                                                                         | Калорийность-172, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-8                             | 50-30                   |
| 150 91,01                   |        | <b>Картофельное пюре*</b><br><small>картофель, молоко, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                  | Калорийность-132, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                              | 14-14                   |
| 200 277                     |        | <b>Кисель из яблок сушеных</b><br><small>сахар-песок, сушеные яблоки, крахмал картофельный, кислота лимонная</small>                                                                                  | Калорийность-134, Углеводы-33                                               | 5-65                    |
| 60 -                        |        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                 | Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30                                      | 3-40                    |
| 20 -                        |        | <b>Хлеб ржаной*</b>                                                                                                                                                                                   | Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8                                        | 1-14                    |
| <b>Итого за Обед</b>        |        |                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-854, Белки-26, Жиры-31, Углеводы-102                           | 124-00                  |
| <b>Полдник</b>              |        |                                                                                                                                                                                                       |                                                                             |                         |
| 150 149,04                  |        | <b>Вареники ленивые отварные *</b><br><small>фарш свиной, масло сливочное, мука пшеничная, яйцо, сахар-песок, соль</small>                                                                            | Калорийность-258, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-14                            | 43-95                   |
| 200 271                     |        | <b>Сок фруктовый</b>                                                                                                                                                                                  | Калорийность-94, Углеводы-24                                                | 8-23                    |
| <b>Итого за Полдник</b>     |        |                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-352, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-38                            | 52-18                   |
| <b>Ужин</b>                 |        |                                                                                                                                                                                                       |                                                                             |                         |
| 100 6                       |        | <b>Салат из белокочанной капусты с яблоками *</b><br><small>капуста белокочанная, яблоки, масло растительное, соль, кислота лимонная</small>                                                          | Калорийность-111, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-6                               | 8-44                    |
| 120 158                     |        | <b>Рыба тушеная в томате с овощами*</b><br><small>минтай, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, сахар-песок, соль, кислота лимонная</small>                                       | Калорийность-90, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-4                                | 24-88                   |
| 150 203                     |        | <b>Рис отварной*</b><br><small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                           | Калорийность-133, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-23                              | 7-54                    |
| 200 263                     |        | <b>Чай с молоком и сахаром</b><br><small>молоко, сахар-песок, чай черный</small>                                                                                                                      | Калорийность-63, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12                               | 5-06                    |
| 40 -                        |        | <b>Хлеб пшеничный*</b>                                                                                                                                                                                | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20                                       | 2-26                    |
| 20 -                        |        | <b>Хлеб ржаной*</b>                                                                                                                                                                                   | Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8                                        | 1-14                    |
| <b>Итого за Ужин</b>        |        |                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-529, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-72                            | 49-32                   |
| <b>Второй ужин</b>          |        |                                                                                                                                                                                                       |                                                                             |                         |
| 180 268                     |        | <b>Кисломолочный напиток</b>                                                                                                                                                                          | Калорийность-90, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7                                | 13-14                   |
| 20 -                        |        | <b>Хлеб ржаной*</b>                                                                                                                                                                                   | Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8                                        | 1-14                    |
| <b>Итого за Второй ужин</b> |        |                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-129, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-15                              | 14-28                   |
| <b>Итого за день</b>        |        |                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-2 602, Белки-93, Жиры-106, Углеводы-298                        | 346-24                  |

Директор ГКОУ КК "Школа-интернат ст-цы Медведовской"  
Капустина Е. Н.

07.04.2025 неделя 1, день 1 (понедельник)

## 2. ОВТ для проживающих категорий обучающихся 12 и старше лет

| Выход (г)                   | Генерат | Наименование блюда                                                                                                                                                                                          | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>              |         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                               |
| 65                          | 3       | <b>Бутерброды с сыром</b><br><small>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</small>                                                                                                                 | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11,<br>Углеводы-20                             | 20-07                         |
| 100                         | -       | <b>Икра кабачковая<br/>консервированная</b>                                                                                                                                                                 | Калорийность-91, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-7                                | 15-99                         |
| 200                         | 147,03  | <b>Омлет паровой.</b><br><small>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                                 | Калорийность-299, Белки-20, Жиры-22,<br>Углеводы-5                             | 66-78                         |
| 200                         | 266     | <b>Какао с молоком *</b><br><small>молоко, сахар-песок, какао-порошок</small>                                                                                                                               | Калорийность-103, Белки-4, Жиры-3,<br>Углеводы-15                              | 11-25                         |
| 100                         | 231     | <b>Фрукты свежие (яблоки)</b>                                                                                                                                                                               | Калорийность-44, Углеводы-10                                                   | 7-28                          |
| 40                          | -       | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                          | Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16                                          | 2-28                          |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |         |                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-815, Белки-34, Жиры-42,<br>Углеводы-73                            | 123-65                        |
| <b>Обед</b>                 |         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                               |
| 120                         | 17      | <b>Салат из соленых огурцов с<br/>луком *</b><br><small>огурцы соленые *, лук репчатый, масло растительное, соль</small>                                                                                    | Калорийность-68, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-3                                | 16-28                         |
| 250                         | 62      | <b>Борщ с капустой и картофелем<br/>и мясом</b><br><small>мясо говядины, свекла, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное, анисовые семена,<br/>соль, сахар-песок</small> | Калорийность-184, Белки-7, Жиры-12,<br>Углеводы-8                              | 35-86                         |
| 100                         | 203     | <b>Фрикадельки из говядины<br/>паровые</b><br><small>мясо говядины, хлеб пшеничный, масло сливочное, соль</small>                                                                                           | Калорийность-172, Белки-10, Жиры-10,<br>Углеводы-8                             | 50-30                         |
| 180                         | 91      | <b>Картофельное пюре.</b><br><small>картофель, молоко, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                        | Калорийность-162, Белки-3, Жиры-5,<br>Углеводы-15                              | 17-45                         |
| 200                         | 277,01  | <b>Кисель из яблок сушеных.</b><br><small>сухофрукты, сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная</small>                                                                                           | Калорийность-147, Углеводы-36                                                  | 6-57                          |
| 80                          | -       | <b>Хлеб пшеничный. **</b>                                                                                                                                                                                   | Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39                                         | 4-53                          |
| 70                          | -       | <b>Хлеб ржаной *. *</b>                                                                                                                                                                                     | Калорийность-137, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-28                              | 3-98                          |
| <b>Итого за Обед</b>        |         |                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-1056, Белки-31, Жиры-34,<br>Углеводы-138                          | 134-97                        |
| <b>Полдник</b>              |         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                               |
| 200                         | 149,03  | <b>Вареники ленивые отварные *</b><br><small>выпечка 90% жирности, мука пшеничная, масло сливочное, яйцо, сахар-песок, соль</small>                                                                         | Калорийность-366, Белки-23, Жиры-21,<br>Углеводы-26                            | 57-01                         |
| 200                         | 271     | <b>Сок фруктовый</b>                                                                                                                                                                                        | Калорийность-94, Углеводы-24                                                   | 8-23                          |
| <b>Итого за Полдник</b>     |         |                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-460, Белки-23, Жиры-21,<br>Углеводы-50                            | 65-24                         |
| <b>Ужин</b>                 |         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                               |
| 100                         | 6       | <b>Салат из белокачанной капусты<br/>с яблоками *</b><br><small>капуста белокочанная, яблоки, масло растительное, соль, кислота лимонная</small>                                                            | Калорийность-111, Белки-1, Жиры-9,<br>Углеводы-6                               | 8-44                          |
| 120                         | 158     | <b>Рыба тушеная в томате с<br/>овощами *</b><br><small>лосось, морковь, лук репчатый, томатный соус, масло растительное, сахар-песок, соль, кислота лимонная</small>                                        | Калорийность-90, Белки-9, Жиры-4,<br>Углеводы-4                                | 24-88                         |
| 180                         | 203,01  | <b>Рис отварной *.</b><br><small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                               | Калорийность-159, Белки-3, Жиры-4,<br>Углеводы-27                              | 9-02                          |
| 200                         | 263,01  | <b>Чай с молоком и сахаром *</b><br><small>молоко, сахар-песок, чай черный</small>                                                                                                                          | Калорийность-64, Белки-2, Жиры-1,<br>Углеводы-12                               | 5-68                          |
| 40                          | -       | <b>Хлеб пшеничный *</b>                                                                                                                                                                                     | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20                                          | 2-26                          |
| 40                          | -       | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                          | Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16                                          | 2-28                          |
| <b>Итого за Ужин</b>        |         |                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-596, Белки-21, Жиры-18,<br>Углеводы-84                            | 52-56                         |
| <b>Второй ужин</b>          |         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                               |
| 200                         | 268     | <b>Кисломолочный напиток *</b>                                                                                                                                                                              | Калорийность-100, Белки-5, Жиры-5,<br>Углеводы-8                               | 14-60                         |
| 40                          | -       | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                          | Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16                                          | 2-28                          |
| <b>Итого за Второй ужин</b> |         |                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-178, Белки-8, Жиры-5,<br>Углеводы-24                              | 16-88                         |
| <b>Итого за день</b>        |         |                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-3106, Белки-117,<br>Жиры-120, Углеводы-369                        | 393-30                        |

Зав. учреждения Е. Ю. Гусева

Директор ГКОУ КК Школа-интернат ст-цы Медведовской  
Капустина Е. Н.

07.04.2025 года, день 1 (понедельник)

3. ОВ Дневные категории обучающихся 7-11 лет

| Выход (г)        | Вход (г) | Наименование блюда                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|------------------|----------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|                  |          | <b>Завтрак</b>                      |                                                                                |                               |
| 65               | 3        | Бутерброды с сыром                  | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11,<br>Углеводы-20                             | 20-07                         |
| 100              | -        | Икра кабачковая<br>консервированная | Калорийность-91, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-7                                | 15-99                         |
| 150              | 147      | Омлет паровой                       | Калорийность-224, Белки-15, Жиры-16,<br>Углеводы-4                             | 50-08                         |
| 200              | 266      | Какао с молоком                     | Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-15                              | 10-76                         |
| 100              | 231      | Фрукты свежие (яблоки)              | Калорийность-44, Углеводы-10                                                   | 7-28                          |
| 40               | -        | Хлеб ржаной                         | Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16                                          | 2-28                          |
| Итого за Завтрак |          |                                     | Калорийность-738, Белки-28, Жиры-36,<br>Углеводы-72                            | 106-46                        |
| Итого за день    |          |                                     | Калорийность-738, Белки-28, Жиры-36,<br>Углеводы-72                            | 106-46                        |

Зав. производством Е.Ю.Григорья

Директор ОКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведовской  
Капустин Е. Н.

07.04.2025 года, день 1 (понедельник)

#### 4. ОБДинные категории обучающихся 12 и старше лет

| Выход (г)               | Рецепт | наименование блюда                                                                                                                                                                                               | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>* Завтрак</b>        |        |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                |                               |
| 65 3                    |        | <b>Бутерброды с сыром</b><br><small>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</small>                                                                                                                      | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11,<br>Углеводы-20                             | 20-07                         |
| 100 -                   |        | <b>Икра кабачковая<br/>консервированная</b>                                                                                                                                                                      | Калорийность-91, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-7                                | 15-99                         |
| 200 147,03              |        | <b>Омлет паровой.</b><br><small>яйца, молоко, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                                      | Калорийность-299, Белки-20, Жиры-22,<br>Углеводы-5                             | 66-78                         |
| 200 266                 |        | <b>Какао с молоком *</b><br><small>молоко, сахар-песок, какао-порошок</small>                                                                                                                                    | Калорийность-103, Белки-4, Жиры-3,<br>Углеводы-15                              | 11-25                         |
| 100 231                 |        | <b>Фрукты свежие (яблоки)</b>                                                                                                                                                                                    | Калорийность-44, Углеводы-10                                                   | 7-28                          |
| 40 -                    |        | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                               | Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16                                          | 2-28                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |        |                                                                                                                                                                                                                  | Калорийность-815, Белки-34, Жиры-42,<br>Углеводы-73                            | 123-65                        |
| <b>* Обед</b>           |        |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                |                               |
| 120 17                  |        | <b>Салат из соленых огурцов с<br/>луком *</b><br><small>огурцы соленые *, лук репчатый, масло растительное, соль</small>                                                                                         | Калорийность-68, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-3                                | 16-28                         |
| 250 62                  |        | <b>Борщ с капустой и картофелем<br/>и мясом</b><br><small>мясо говядины, свекла, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное, витаминный для телят,<br/>соль, сахар-песок</small> | Калорийность-184, Белки-7, Жиры-12,<br>Углеводы-8                              | 35-86                         |
| 100 203                 |        | <b>Фрикадельки из говядины<br/>паровые</b><br><small>мясо говядины, хлеб пшеничный, масло сливочное, соль</small>                                                                                                | Калорийность-172, Белки-10, Жиры-10,<br>Углеводы-8                             | 50-30                         |
| 180 91                  |        | <b>Картофельное пюре.</b><br><small>картофель, молоко, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                             | Калорийность-162, Белки-3, Жиры-5,<br>Углеводы-15                              | 17-45                         |
| 200 277,01              |        | <b>Кисель из яблок сушеных.</b><br><small>сушеные яблоки, сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная</small>                                                                                            | Калорийность-147, Углеводы-36                                                  | 6-57                          |
| 80 -                    |        | <b>Хлеб пшеничный. **</b>                                                                                                                                                                                        | Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39                                         | 4-53                          |
| 70 -                    |        | <b>Хлеб ржаной. **</b>                                                                                                                                                                                           | Калорийность-137, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-28                              | 3-98                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |        |                                                                                                                                                                                                                  | Калорийность-1 056, Белки-31, Жиры-34,<br>Углеводы-138                         | 134-97                        |
| <b>Итого за день</b>    |        |                                                                                                                                                                                                                  | Калорийность-1 871, Белки-65, Жиры-76,<br>Углеводы-211                         | 258-62                        |

Зав. производством Е.Ю.Пречко

Директор ГКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведовской  
Капустина Е.Н.

07.04.2025 года, понедельник

7.1.4 класс для детей категорий обучающихся

| Выход (г)     | Р     | Школа-интернат<br>СТ-цы Нанне<br>Медведовской | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|---------------|-------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 100           | 17    | Салат из овощей с<br>укром                    | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-2                                | 17-21                         |
| 250           | 62    | Борщ с капустой и картофелем<br>и мясом       | Калорийность-184, Белки-7, Жиры-12,<br>Углеводы-8                              | 45-45                         |
| 100           | 203   | Фрикадельки из говядины<br>паровые            | Калорийность-172, Белки-10, Жиры-10,<br>Углеводы-8                             | 64-39                         |
| 150           | 91,01 | Картофельное пюре*                            | Калорийность-132, Белки-3, Жиры-4,<br>Углеводы-13                              | 14-45                         |
| 200           | 277   | Кисель из яблок сушеных                       | Калорийность-134, Углеводы-33                                                  | 5-03                          |
| 60            | -     | Хлеб пшеничный                                | Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30                                         | 3-40                          |
| 20            | -     | Хлеб ржаной*                                  | Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8                                           | 1-14                          |
| Итого за Обед |       |                                               | Калорийность-854, Белки-26, Жиры-31,<br>Углеводы-102                           | 151-07                        |
| Итого за день |       |                                               | Калорийность-854, Белки-26, Жиры-31,<br>Углеводы-102                           | 151-07                        |

Зав. учреждения  
Е.Ю. Прохорова