

14.04.2025 неделя 2, день 6 (понедельник)

# 1. ОВД 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>Бутерброды с сыром</b><br><small>сыр российский, масло сливочное</small>                                                                                                       | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-20                             | 20-07                   |
| 150                         | 154,06 | <b>Запеканка из творога*</b><br><small>творог 5% жирности, молоко сгущенное, мука пшеничная, сахар-песок, яйца, масло сливочное, фрукты нарезанные, сметана</small>               | Калорийность-321, Белки-19, Жиры-12, Углеводы-36                            | 48-15                   |
| 100                         | 231    | <b>Фрукты свежие (яблоки)</b>                                                                                                                                                     | Калорийность-44, Углеводы-10                                                | 7-28                    |
| 200                         | 264    | <b>Кофейный напиток с молоком</b><br><small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>                                                                                         | Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15                              | 10-79                   |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |        |                                                                                                                                                                                   | Калорийность-666, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-81                            | 86-29                   |
| <b>Обед</b>                 |        |                                                                                                                                                                                   |                                                                             |                         |
| 100                         | 53     | <b>Овощи натуральные соленые (огурцы)</b>                                                                                                                                         | Калорийность-10, Углеводы-2                                                 | 13-17                   |
| 110                         | 170    | <b>Бефстроганов из отварной говядины</b><br><small>мясо говядины, соус сметанный 222 %, морковь, лук репчатый, соль</small>                                                       | Калорийность-213, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-5                             | 65-09                   |
| 250                         | 61     | <b>Борщ на мясном бульоне со сметаной</b><br><small>свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, вымоченная колбаса, масло растительное, сметана, картофель, соль</small> | Калорийность-89, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-8                                | 8-60                    |
| 150                         | 309    | <b>Макаронные изделия отварные *</b><br><small>макаронные, масло сливочное, соль</small>                                                                                          | Калорийность-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-25                              | 8-20                    |
| 200                         | 271    | <b>Сок фруктовый</b>                                                                                                                                                              | Калорийность-94, Углеводы-24                                                | 8-23                    |
| 60                          | -      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                             | Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30                                      | 3-40                    |
| 60                          | -      | <b>Хлеб ржаной**</b>                                                                                                                                                              | Калорийность-117, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24                              | 3-42                    |
| <b>Итого за Обед</b>        |        |                                                                                                                                                                                   | Калорийность-830, Белки-28, Жиры-25, Углеводы-116                           | 110-11                  |
| <b>Полдник</b>              |        |                                                                                                                                                                                   |                                                                             |                         |
| 50                          | 295    | <b>Пирожок с повидлом</b><br><small>мука пшеничная, повидло, молоко, яйца, сахар-песок, масло сливочное, масло растительное, фрукты</small>                                       | Калорийность-182, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-33                              | 8-26                    |
| 200                         | 288    | <b>Молоко кипяченое *</b>                                                                                                                                                         | Калорийность-96, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9                                | 14-80                   |
| 100                         | 231    | <b>Фрукты свежие (яблоки)</b>                                                                                                                                                     | Калорийность-44, Углеводы-10                                                | 7-28                    |
| <b>Итого за Полдник</b>     |        |                                                                                                                                                                                   | Калорийность-323, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-52                              | 30-34                   |
| <b>Ужин</b>                 |        |                                                                                                                                                                                   |                                                                             |                         |
| 100                         | 7      | <b>Салат из квашеной капусты с луком</b><br><small>капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное</small>                                                                     | Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4                                | 10-58                   |
| 200                         | 159    | <b>Рыба запеченная с картофелем в сметанном соусе*</b><br><small>карбунд, картофель, соус сметанный 222 %, масло растительное, масло сливочное, сыр российский, соль</small>      | Калорийность-266, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-14                            | 55-95                   |
| 200                         | 261    | <b>Чай с сахаром *</b><br><small>сахар-песок, чай черный</small>                                                                                                                  | Калорийность-42, Углеводы-10                                                | 1-54                    |
| 50                          | -      | <b>Хлеб пшеничный.</b>                                                                                                                                                            | Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25                                      | 2-83                    |
| <b>Итого за Ужин</b>        |        |                                                                                                                                                                                   | Калорийность-503, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-52                            | 70-90                   |
| <b>Второй ужин</b>          |        |                                                                                                                                                                                   |                                                                             |                         |
| 200                         | 268    | <b>Кисломолочный напиток*</b>                                                                                                                                                     | Калорийность-100, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8                               | 33-80                   |
| 20                          | -      | <b>Хлеб ржаной*</b>                                                                                                                                                               | Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8                                        | 1-14                    |
| <b>Итого за Второй ужин</b> |        |                                                                                                                                                                                   | Калорийность-139, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-16                              | 34-94                   |
| <b>Итого за день</b>        |        |                                                                                                                                                                                   | Калорийность-2 461, Белки-92, Жиры-87, Углеводы-317                         | 332-58                  |

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

14.04.2025 неделя 2, день 6 (понедельник)

7.1 класс для иных категорий обучающихся

| Выход<br>г/д         | Рецепт | Наименование блюда                                                                                                                                                        | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Обед</b>          |        |                                                                                                                                                                           |                                                                                |                               |
| 100                  | 53     | <b>*Овощи натуральные соленые<br/>(огурцы)</b>                                                                                                                            | Калорийность-10, Углеводы-2                                                    | 17-16                         |
| 250                  | 61     | <b>Борщ на мясном бульоне со<br/>сметаной</b><br><small>сметана, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, мясо свинины, сметана, сахар-песок, соль</small> | Калорийность-89, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-8                                | 8-62                          |
| 110                  | 170    | <b>Бефстроганов из отварной<br/>говядины</b><br><small>мясо говядины, соус сметанный 222 *, морковь, лук репчатый, соль</small>                                           | Калорийность-213, Белки-14, Жиры-15,<br>Углеводы-5                             | 84-91                         |
| 150                  | 309    | <b>Макаронные изделия отварные *</b><br><small>макаронны, масло сливочное, соль</small>                                                                                   | Калорийность-166, Белки-5, Жиры-4,<br>Углеводы-25                              | 6-26                          |
| 200                  | 271    | <b>Сок фруктовый</b>                                                                                                                                                      | Калорийность-94, Углеводы-24                                                   | 12-40                         |
| 60                   | -      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                     | Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30                                         | 3-40                          |
| 60                   | -      | <b>Хлеб ржаной **</b>                                                                                                                                                     | Калорийность-117, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-24                              | 3-42                          |
| <b>Итого за Обед</b> |        |                                                                                                                                                                           | Калорийность-830, Белки-28, Жиры-25,<br>Углеводы-116                           | 136-17                        |
| <b>Итого за день</b> |        |                                                                                                                                                                           | Калорийность-830, Белки-28, Жиры-25,<br>Углеводы-116                           | 136-17                        |

Зав. интернатом

Е.Ю.Григорьев

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

14.04.2025 неделя 2, день 6 (понедельник)

#### 4. ОВД иные 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>          |        |                                                                                                                                                                                 |                                                                                |                               |
| 75                      | 3,00   | <b>Бутерброды с сыром *</b><br><small>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</small>                                                                                   | Калорийность-232, Белки-9, Жиры-14,<br>Углеводы-20                             | 26-87                         |
| 200                     | 154,09 | <b>Запеканка из творога*.</b><br><small>творог 9% жирности, манная крупа, манная, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, сахар натуральное, сметана</small>                        | Калорийность-381, Белки-24, Жиры-16,<br>Углеводы-40                            | 58-94                         |
| 100                     | 231    | <b>Фрукты свежие (яблоки)</b>                                                                                                                                                   | Калорийность-44, Углеводы-10                                                   | 7-28                          |
| 200                     | 264    | <b>Кофейный напиток с молоком</b><br><small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>                                                                                       | Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-15                              | 10-79                         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |        |                                                                                                                                                                                 | Калорийность-757, Белки-36, Жиры-33,<br>Углеводы-85                            | 103-88                        |
| <b>Обед</b>             |        |                                                                                                                                                                                 |                                                                                |                               |
| 120                     | 53,04  | <b>Овощи натуральные соленые (огурцы) *</b>                                                                                                                                     | Калорийность-12, Углеводы-2                                                    | 15-81                         |
| 250                     | 61     | <b>Борщ на мясном бульоне со сметаной</b><br><small>свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сметана, сахар-песок, соль</small> | Калорийность-89, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-8                                | 8-60                          |
| 120                     | 170,03 | <b>Бефстроганов из отварной говядины.,</b><br><small>мясо говядины, соус сметанный 222 *, морковь, лук репчатый, соль</small>                                                   | Калорийность-271, Белки-18, Жиры-19,<br>Углеводы-5                             | 85-66                         |
| 180                     | 309    | <b>Макаронные изделия отварные*</b><br><small>макаронны, масло сливочное, соль</small>                                                                                          | Калорийность-192, Белки-6, Жиры-5,<br>Углеводы-30                              | 9-13                          |
| 200                     | 271    | <b>Сок фруктовый</b>                                                                                                                                                            | Калорийность-94, Углеводы-24                                                   | 8-23                          |
| 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-982, Белки-35, Жиры-30,<br>Углеводы-135                           | 135-94                        |
| <b>Итого за день</b>    |        |                                                                                                                                                                                 | Калорийность-1 740, Белки-71, Жиры-63,<br>Углеводы-220                         | 239-82                        |

Зав. пищеблоком

Е.Ю.Гришак

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

14.04.2025 неделя 2, день 6 (понедельник)

3. ОВД иные категории обучающихся 7-11 лет

| Вид              | Рецепт | Наименование блюда                                                                                                                 | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>   |        |                                                                                                                                    |                                                                                |                               |
| 65               | *      | Бутерброды с сыром<br>хлеб, сыр российский, масло сливочное                                                                        | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11,<br>Углеводы-20                             | 20-07                         |
| 150              | 154,06 | Запеканка из творога*<br>творог 9% жирности, масло сливочное, мука пшеничная, сахар-песок, яйцо, масло сливочное, сметана, сметана | Калорийность-321, Белки-19, Жиры-12,<br>Углеводы-36                            | 48-15                         |
| 100              | 231    | Фрукты свежие (яблоки)                                                                                                             | Калорийность-44, Углеводы-10                                                   | 7-28                          |
| 200              | 264    | Кофейный напиток с молоком<br>молоко, сахар-песок, кофейный напиток                                                                | Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-15                              | 10-79                         |
| Итого за Завтрак |        |                                                                                                                                    | Калорийность-666, Белки-28, Жиры-26,<br>Углеводы-81                            | 86-29                         |
| Итого за день    |        |                                                                                                                                    | Калорийность-666, Белки-28, Жиры-26,<br>Углеводы-81                            | 86-29                         |

Зав. учреждения  
Е.О.Григорьев



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

14.04.2025 неделя 2, день 6 (понедельник)

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

| Выходной                    | Рецепт | Наименование блюда                                                                                                                                                                                      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>              |        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                         |
| 75                          | 3,09   | <b>Бутерброды с сыром *</b><br><small>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</small>                                                                                                           | Калорийность-232, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-20                             | 26-87                   |
| 200                         | 154,09 | <b>Запеканка из творога*.</b><br><small>творог 9% жирности, молоко сгущенное, мука пшеница, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, сахар ванильный, сметана</small>                                        | Калорийность-381, Белки-24, Жиры-16, Углеводы-40                            | 58-94                   |
| 100                         | 231    | <b>Фрукты свежие (яблоки)</b>                                                                                                                                                                           | Калорийность-44, Углеводы-10                                                | 7-28                    |
| 200                         | 264    | <b>Кофейный напиток с молоком</b><br><small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>                                                                                                               | Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15                              | 10-79                   |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |        |                                                                                                                                                                                                         | Калорийность-757, Белки-36, Жиры-33, Углеводы-85                            | 103-88                  |
| <b>Обед</b>                 |        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                         |
| 120                         | 53,04  | <b>Овощи натуральные соленые (огурцы) *</b>                                                                                                                                                             | Калорийность-12, Углеводы-2                                                 | 15-81                   |
| 250                         | 61     | <b>Борщ на мясном бульоне со сметаной</b><br><small>свиная голова без костей, морковь, лук репчатый, помидоры свежие, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, сметана, сахар-песок, соль</small> | Калорийность-89, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-8                                | 8-60                    |
| 120                         | 170,03 | <b>Бефстроганов из отварной говядины.,</b><br><small>мясо говядины, соус сметанный 22% жирности, лук репчатый, соль</small>                                                                             | Калорийность-271, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-5                             | 85-66                   |
| 180                         | 309    | <b>Макаронные изделия отварные*</b><br><small>макаронны, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                  | Калорийность-192, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-30                              | 9-13                    |
| 200                         | 271    | <b>Сок фруктовый</b>                                                                                                                                                                                    | Калорийность-94, Углеводы-24                                                | 8-23                    |
| 80                          | -      | <b>Хлеб пшеничный. **</b>                                                                                                                                                                               | Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39                                      | 4-53                    |
| 70                          | -      | <b>Хлеб ржаной *. *</b>                                                                                                                                                                                 | Калорийность-137, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28                              | 3-98                    |
| <b>Итого за Обед</b>        |        |                                                                                                                                                                                                         | Калорийность-982, Белки-35, Жиры-30, Углеводы-135                           | 135-94                  |
| <b>Полдник</b>              |        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                         |
| 70                          | 295,01 | <b>Пирожок с повидлом*</b><br><small>мука пшеничная, повидло, масло, сахар-песок, масло сливочное, масло растительное, яйцо, дрожжи</small>                                                             | Калорийность-255, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-47                              | 11-27                   |
| 200                         | 288    | <b>Молоко кипяченое *</b>                                                                                                                                                                               | Калорийность-96, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9                                | 14-80                   |
| 100                         | 231    | <b>Фрукты свежие (яблоки)</b>                                                                                                                                                                           | Калорийность-44, Углеводы-10                                                | 7-28                    |
| <b>Итого за Полдник</b>     |        |                                                                                                                                                                                                         | Калорийность-396, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-65                             | 33-35                   |
| <b>Ужин</b>                 |        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                         |
| 100                         | 7      | <b>Салат из квашеной капусты с луком</b><br><small>капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное</small>                                                                                           | Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4                                | 10-58                   |
| 230                         | 159,02 | <b>Рыба запеченная с картофелем в сметанном соусе.</b><br><small>горбуша, картофель, масло растительное, сыр российский, масло сливочное, соль, соус сметанный 22% *</small>                            | Калорийность-251, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-8                             | 61-96                   |
| 200                         | 261    | <b>Чай с сахаром*</b><br><small>сахар-песок, чай черный</small>                                                                                                                                         | Калорийность-43, Углеводы-10                                                | 2-19                    |
| 60                          | -      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                   | Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30                                      | 3-40                    |
| <b>Итого за Ужин</b>        |        |                                                                                                                                                                                                         | Калорийность-514, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-52                            | 78-13                   |
| <b>Второй ужин</b>          |        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                         |
| 200                         | 268    | <b>Кисломолочный напиток*</b>                                                                                                                                                                           | Калорийность-100, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8                               | 33-80                   |
| 20                          | -      | <b>Хлеб ржаной*</b>                                                                                                                                                                                     | Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8                                        | 1-14                    |
| <b>Итого за Второй ужин</b> |        |                                                                                                                                                                                                         | Калорийность-139, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-16                              | 34-94                   |
| <b>Итого за день</b>        |        |                                                                                                                                                                                                         | Калорийность-2 789, Белки-110, Жиры-101, Углеводы-353                       | 386-24                  |

Зав. пищеблоком Е.Ю. Гришала