



Утверждаю:
директор ГБОУ
«СШ для детей с ЗПР»
Досуева Н.С.
01.09.2025

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак				
Суп молочный с вермишелью 250	Каша манная 200	Каша рисовая молочная 200	Суп молочный с вермишелью 200	Каша манная молочная 250
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
Хлеб пшеничный 55	Яйцо вареное 40	Хлеб пшеничный 55	Яйцо вареное 40	Хлеб пшеничный 55
Какао с молоком 200	Хлеб пшеничный 55		Хлеб ржаной 55	Чай с сахаром 185/15
	Какао с молоком 200		Какао с молоком 200	
Второй завтрак				
Йогурт 100	Банан 100	Йогурт 100	Яблоко 100	Йогурт 150
Обед				
Суп перловый 250	Салат витаминный 60	Салат свежий 60	Салат витаминный 100	Салат из белокочанной капусты 60
Макароны отварные 150	Суп гороховый 200	Борщ 200	Суп фасолевый 200	Суп вермишелевый 200
Гуляш из говядины 80	Гречка отварная с подливой 150	Пюре картофельное 150	Плов 150	Картофель отварной 130
Салат витаминный 60	Котлета мясная 50	Подлива томатная 65	Кисель 200	Тефтели из говядины 100
Чай с сахаром 185/15	Кисель из ягод 200	Рыба запеченная 80	Хлеб пшеничный 55	Подлива 65 65
Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55		Чай с сахаром 185/15
		Чай с сахаром 185/15		Хлеб пшеничный 55
Полдник				
Яблоко 100		Печенье 30	Йогурт 150	Банан 100
Печенье 30		Сок яблочный 100		
Ужин				
Каша рисовая молочная 200	Птица тушеная в соусе с овощами 150	Макароны отварные 155	Гречка отварная 150	Каша рисовая молочная 250
Бутерброд с сыром 35	Запеканка из творога со сгущенкой 80	Бефстроганов 100	Подлива 65	Бутерброд с сыром 40
Хлеб ржаной 55	Хлеб пшеничный 55	Соус томатный 50	Птица жареная 50/50	Хлеб пшеничный 55
Чай с сахаром 185/15	Чай с сахаром 185/15	Чай с сахаром 185/15	Хлеб пшеничный 55	Чай с сахаром 185/15
			Чай с сахаром 185/15	
Сонник				
Кефир 200	Кефир 200	Молоко кипяченое 200	Кефир с сахаром 180	Молоко кипяченое 200
Булочка с повидлом 100	Булочка молочная 50	Булочка домашняя 100	Булочка домашняя 50	Булочка к чаю 50

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак				
Каша рисовая 200	Суп молочный с вермишелью	Каша овсяная молочная 200	Каша манная молочная 200	Каша овсяная молочная 200
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
Хлеб пшеничный 55	Яйцо вареное 40	Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55
Какао с молоком 200	Хлеб пшеничный 55	Какао с молоком 200	Какао с молоком 200	Какао с молоком 200
	Какао с молоком 200			
Второй завтрак				
Йогурт 150	Йогурт 150	Яблоко 100	Йогурт 150	Йогурт 150
Обед				
Суп перловый 200	Салат свежий 60	Овощи свежие 60	Салат витаминный 100	Суп рассольник 200
Макароны отварные 150	Суп фасолевый 200	Борщ со сметаной 250	Суп гороховый 200	Макароны отварные 150
Гуляш из отварной говядины 100	Гречка отварная 150	Пюре картофельное 150	Плов из говядины 150	Гуляш мясной 80
Салат из белокочанной капусты со свеклой и морковью 60	Подлива 65	Подлива 65	Кисель 200	Салат свежий 60
Чай с сахаром 185/15	Бифштекс рубленный 60	Рыба запеченная 80	Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55
Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55		Чай с сахаром 185/15
	Кисель 200	Чай с сахаром 185/15		
Полдник				
Яблоко 100	Банан 100	Вафли 30 Сок яблочный 200	Печенье 30 Сок яблочный 100	Вафли 30 Сок яблочный 100
Ужин				
Каша гречневая молочная 200	Суп-лапша домашняя 200	Макароны отварные 150	Гречка отварная 150	Пюре картофельное 150
Бутерброд с сыром 40	Птица отварная 50	Подлива 65	Подлива 65	Бефстроганов 80
Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55	Котлеты домашние 80	Курица жареная 55	Хлеб пшеничный 55
Чай с сахаром 185/15	Чай с сахаром 185/15	Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 55	Чай с сахаром 185/15
		Чай с сахаром 185/15	Чай с сахаром 185/15	
Сонник				
Кефир с сахаром 180	Чай с молоком и сливками 200/50/15	Кефир 200	Кефир 200	Булочка домашняя 100
Булочка домашняя 100	Булочка домашняя 100	Булочка к чаю 50	Булочка закусочная 60	Молоко кипяченое 200