



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «НОВИПЛАН»

ОО «НОВИПЛАН»  
73020, г. Великий Новгород, ул. Державина, д.11, кв.30  
тел. 89116457198

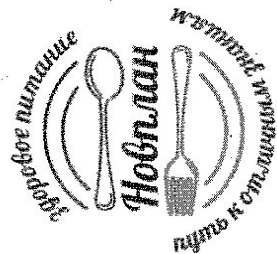
**Циклическое десятидневное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся с ОВЗ от 12 лет и старше (обед) на 2024 учебный год**

Утверждено

*Директор*  
И.А.О.С.О.С.  
*С.М.С.*  
Иванова С.М.

Утверждаю  
Генеральный директор ООО  
«Новиплан» Т.В.Хайдина





**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «НОВОЛАН»**

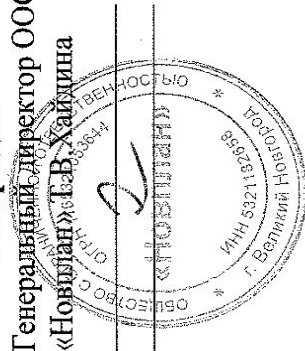
ООО «НОВОЛАН»  
173020, г. Великий Новгород, ул. Державина, д.11, кв.30  
Тел. 89116457198

**Циклическое десятидневное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся с ОВЗ от 12 лет и старше (обед) на 2024 учебный год**

Согласовано

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Утверждаю  
Генеральный директор ООО  
«Новолан» Г.В. Хайкина



**Неделя 1: День - понедельник**

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	<b>Обед</b>															
48	Салат витаминный с р.маслом	100	2,50	5,66	36,16	147,64	0,00	5,27	40,03	1,76	111,64	35,46	10,52	0,00		
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	5,14	7,48	18,69	163,07	0,21	11,81	206,64	2,55	6,19	72,26	21,36	0,99		
103/М 431	Печень по-строгановски	100	9,93	11,56	8,26	226,95	0,04	5,96	10,95	2,26	138,36	55,15	30,15	0,14		
171/М	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	0,15	0,00	13,00	0,50	12,08	179,33	18,04	2,03		
359	Кисель из ягод	200	0,53	0,00	9,47	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	81,10	2,80	1,40	0,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95		
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>28,97</b>	<b>28,93</b>	<b>126,68</b>	<b>896,42</b>	<b>0,49</b>	<b>23,07</b>	<b>270,62</b>	<b>7,77</b>	<b>363,87</b>	<b>420,00</b>	<b>104,97</b>	<b>5,39</b>		

**Неделя 1: День - вторник**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Ca	P	Mg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
	<b>Обед</b>																				
45/М	Салат из капусты белокочанной	100	1,71	5,18	4,83	73,09	0,03	17,10	202,64	2,33	120,04	93,11	17,95	1,61							
140	Суп рыбный	250	10,76	7,62	26,50	198,72	0,16	1,50	0,00	0,70	76,32	140,56	36,84	1,00							
290	Соус Болоньезе	100	4,85	9,61	6,41	141,52	0,06	2,25	81,98	2,29	120,59	0,00	3,57	0,00							
202/М	Макаронные изделия отварные	180	6,63	4,91	42,34	240,2	0,1	0,00	29,50	0,95	14,21	53,60	9,73	0,99							
377	Чай с сахаром и лимоном	210	0,13	0,02	15,73	64,17	0,00	2,93	0,00	0,01	14,70	4,55	2,48	0,37							
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95							
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>27,38</b>	<b>27,94</b>	<b>115,63</b>	<b>816,70</b>	<b>0,44</b>	<b>23,78</b>	<b>314,12</b>	<b>6,98</b>	<b>360,36</b>	<b>366,82</b>	<b>94,07</b>	<b>5,92</b>							

Неделя 1: День - среда

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	<b>Обед</b>															
53	Салат из свежклы отв.и зеленого горошка	100	3,40	0,61	29,91	146,26	0,04	7,40	80,00	0,00	126,76	65,18	10,10	1,20		
101/М	Суп картофельный с рисом и курицей	250	6,71	7,36	17,55	163,68	0,31	12,60	211,59	1,55	17,24	97,48	27,25	1,07		
472	Рыба тушеная	100	9,69	10,84	16,00	147,15	0,00	0,00	0,08	0,19	7,44	37,37	15,51	0,00		
692	Картофель отварной	180	2,52	4,52	16,45	168,45	0,00	0,00	1,00	23,70	75,00	37,17	0,00	1,05		
868	Компот из сухофруктов	200	2,17	3,68	20,95	100,60	0,04	1,30	22,22	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95		
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>27,79</b>	<b>27,61</b>	<b>120,68</b>	<b>825,14</b>	<b>0,48</b>	<b>21,30</b>	<b>314,89</b>	<b>26,14</b>	<b>366,72</b>	<b>402,20</b>	<b>90,36</b>	<b>5,40</b>		

Неделя 1: День - четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>Обед</b>															
67/М	Винегрет овощной	100	1,57	4,19	8,61	79,10	0,06	10,75	267,20	1,91	23,92	26,80	21,37	0,66	
99	Суп овощной	250	3,43	5,32	11,84	97,54	0,15	10,64	5,68	1,04	137,62	59,57	18,79	0,73	
392/М	Пельмени мясные отварные с маслом сливочным	205	18,31	19,68	57,65	513,13	0,07	1,10	40,70	1,65	34,23	257,09	40,27	2,71	
376	Фиточай каркаде	200	4,08	1,00	17,58	118,60	0,06	1,59	0,00	0,00	152,22	0,00	0,00	0,48	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	<b>Итого</b>	<b>805</b>	<b>30,69</b>	<b>30,79</b>	<b>115,50</b>	<b>907,37</b>	<b>0,43</b>	<b>24,08</b>	<b>313,58</b>	<b>5,30</b>	<b>362,49</b>	<b>418,46</b>	<b>103,93</b>	<b>6,53</b>	

Неделя 1: День - пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	<b>Обед</b>															
59	Салат из моркови с яблоком с р/м	100	3,62	6,1	30,85	161,07	0	1	39	1,52	158,67	58,2	0	1		
96/М	Рассольник Ленинградский(крупа перловая) на курином бульоне	250	5,07	4,80	16,67	130,82	0,24	16,70	208,83	1,13	20,94	91,71	28,41	1,17		
591/143/М	Гуляш из куриного филе	100	11,43	10,75	7,51	193,00	0,00	1,87	2,40	1,90	96,87	74,73	0,00	0,00		
377	Рагу из овощей Чай с сахаром и лимоном Хлеб ржано-пшеничный	180 210 50	4,07 0,13 3,30	5,61 0,02 0,60	25,10 15,73 19,82	168,42 64,17 99,00	0,16 0,00 0,09	0,60 2,93 0,00	44,80 0,00 0,00	2,60 0,01 0,70	54,64 14,70 14,50	114,84 4,55 75,00	50,59 2,48 23,50	1,82 0,00 1,95		
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>27,62</b>	<b>27,88</b>	<b>115,68</b>	<b>816,48</b>	<b>0,49</b>	<b>23,10</b>	<b>295,03</b>	<b>7,86</b>	<b>360,32</b>	<b>419,03</b>	<b>104,98</b>	<b>5,94</b>		

Неделя 2: День - понедельник

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	<b>Обед</b>															
48	Салат витаминный с р/м	100	2,50	5,66	36,16	147,64	0,00	5,16	40,03	1,76	111,64	35,46	10,52	0,00		
82/ М	Борщ из капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	260	4,77	7,09	9,77	122,74	0,19	19,34	217,90	1,56	44,59	77,20	26,35	1,27		
591 304/ М	Соте из свинины	100	10,69	8,84	15,20	160,15	0,08	0,00	0,08	0,19	21,44	140,39	30,51	1,00		
376	Рис отварной	180	2,52	4,52	16,45	168,45	0,00	0,00	1,00	23,70	75,00	37,17	0,00	1,05		
	Фиточай каркаде	200	4,08	1,00	17,58	118,60	0,06	0,00	26,66	0,00	152,22	0,00	0,00	0,21		
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95		
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>27,86</b>	<b>27,71</b>	<b>114,98</b>	<b>816,58</b>	<b>0,42</b>	<b>24,50</b>	<b>285,67</b>	<b>27,91</b>	<b>419,39</b>	<b>365,22</b>	<b>90,88</b>	<b>5,48</b>		



**Неделя 2: День - вторник**

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность (ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	<b>Обед</b>															
187	Огурец свежий/соленый(порц)	100	9,00	12,65	43,00	324,00	0,05	9,47	159,00	0,00	102,42	86,57	23,10	2,31		
123	Щи из свежей капусты	250	3,44	3,92	10,44	146,8	0,16	4,66	10,00	1,94	23,42	69,58	28,8	1,62		
590	"Картофель по-домашнему"	200	11,43	10,75	33,51	189,00	0,12	6,98	102,40	1,90	138,87	74,73	14,51	0,00		
359	Кисель из ягод	200	0,53	0,00	9,47	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	81,10	54,80	1,40	0,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95		
	<b>Итого</b>	<b>800</b>	<b>27,70</b>	<b>27,92</b>	<b>116,24</b>	<b>818,80</b>	<b>0,42</b>	<b>21,14</b>	<b>271,40</b>	<b>4,54</b>	<b>360,31</b>	<b>360,68</b>	<b>91,31</b>	<b>6,16</b>		



**Неделя 2: День - четверг**

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества							Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С	А	Е		Ca	P	Mg	Fe						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
	<b>Обед</b>																			
45/М	Салат из капусты белокочанной	100	1,71	5,18	4,83	73,09	0,03	17,10	202,64	2,33	120,04	93,11	17,95	1,61						
99	Суп овощной	250	3,43	5,32	14,85	105,54	0,01	4,64	15,68	1,04	129,62	0,00	11,79	0,00						
271/ М	Котлеты домашние	100	13,86	10,26	12,30	197,71	0,22	1,10	0,00	0,69	15,81	144,87	27,59	1,60						
202/М	Макаронные изделия отварные	180	6,63	4,91	42,34	240,2	0,1	0,00	29,50	0,95	14,21	53,60	9,73	0,99						
868	Компот из сухофруктов	200	2,17	3,68	20,95	100,60	0,04	1,30	22,22	0,00	125,78	53,00	14,00	0,13						
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95						
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>31,10</b>	<b>29,95</b>	<b>115,09</b>	<b>816,14</b>	<b>0,49</b>	<b>24,14</b>	<b>270,04</b>	<b>5,71</b>	<b>419,96</b>	<b>419,58</b>	<b>104,56</b>	<b>6,28</b>						

