

УТВЕРЖДАЮ:

Директор



СОГЛАСОВАНО:

Директор

МКОУ Верхнедобринской с/п
Ветеринар Иванова В.А.



Примерное 10-ти дневное меню
для обеспечения бесплатным
питанием (2-й прием пищи)
обучающихся с ограниченными возможностями
здоровья, детей-инвалидов
возрастной группы 12-18 лет

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

1.09 2025



Согласовано:

Велесен-Иванова А.А.
1.09.2025

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	1 Вариант			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Борщ с капустой и картофелем ТК №54-2С	250	5,90	6,20	12,70	138,00	ТК № 54-2С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	490	9,42	6,6	52,38	309,9		

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

1.09.25

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

2 Вариант

Пищевые вещества

2-й прием пищи

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

№ рецептуры

Сборник рецептов

Суп картофельный с макаронными изделиями ТК №54-7С

250

6,40

3,50

2,30

149,50

ТК №54-7С

2022

Чай с сахаром ТК №376

200

0,20

0,00

15,00

58,00

ТК №376

2017

Хлеб пшеничный ТТК №6

40

3,12

0,40

19,28

87,60

ТТК №6

Итого за прием пищи:

490

9,72

3,90

36,58

295,10



Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

1.09.2021



Согласовано:

Всесоюзная - Иванова В.А.
1.09.2021

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	3 Вариант Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи								
Суп гороховый ТК № 54-8с	250	8,35	5,75	20,30	166,40	ТК №54-8С	2022	
Чай с сахаром каркаде ТК № 376 а	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТК № 376 а	2017	
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6		
Итого за прием пищи:	490	11,65	6,15	54,58	312			

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет

Утверждаю:

1.09.2025



Согласовано:



Иванова В.А.
1.09.2025

4 Вариант

4 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	250	5,80	7,00	7,15	115,20	ТК №54-1С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	490	9,32	7,4	46,83	287,1		

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

1.09.2025



Согласовано:

Всесо- Иванова В.Х.
1.09.2025

5 Вариант

5 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Рассольник Ленинградский ТК № 54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00	ТК №54-3С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	490	9,22	7,6	51,3	302,6		

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

1.09.2024



Согласовано:

1.09.2024

Иванова Д.А.



6 Вариант

6 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Суп гороховый ТК № 54-8с	250	8,35	5,75	20,30	166,40	ТК №54-8С	2022
Чай с сахаром каркаде ТК № 376 а	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТК № 376 а	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	490	11,65	6,15	54,58	312		

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

Согласовано:

7 Вариант

7 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	250	5,80	7,00	7,15	115,20	ТК №54-1С	2022
Чай с сахаром и лимоном ТК № 377	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТК №377	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	490	9,22	7,40	41,63	262,80		

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

Согласовано:

8 Вариант

8 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Борщ с капустой и картофелем ТК №54-2С	250	5,90	6,20	12,70	138,00	ТК № 54-2С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	490	9,42	6,60	52,38	309,90		

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

1.09.2025



Согласовано:



Иванова В.Х.

9 Вариант

9 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Суп картофельный с макаронными изделиями ТК №54-7С	250	6,40	3,50	2,30	149,50	ТК №54-7С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	490	9,72	3,90	36,58	295,10		

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

1.09.2025

Согласовано:

Иванова Д.Х.
1.09.2025

10 Вариант

10 вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Рассольник Ленинградский ТК № 54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00	ТК №54-3С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	490	9,42	7,6	56,7	328,9		

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 12-18 лет.

Утверждаю:

Согласовано: _____

ИТОГО ПО МЕНЮ:

Итого:		б	ж	уг	ккал
Итого за период:		98,76	63,30	483,54	3 015,40
Среднее значение за период:		9,876	6,33	48,354	301,54
Соотношение пищевых веществ:		1	1	4	

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГБУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск 2022. - 584с.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 284904154893307766464458434654888258361777585632

Владелец Иванова Валентина Алексеевна

Действителен с 02.09.2024 по 02.09.2025