

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор



Примерное 10-ти дневное меню  
для обеспечения бесплатным  
двухразовым питанием  
обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей-инвалидов  
возрастной группы 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО:  
Директор





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 7-11 лет.

Согласовано: \_\_\_\_\_

1 Вариант

Применяется, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Борщ с капустой и картофелем ТК №54-2С	200	4,72	4,96	10,16	110,40	ТК № 54-2С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТК №6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	430	7,46	5,26	45,02	264,78		

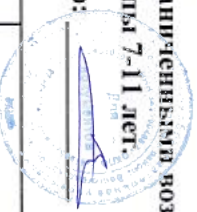
**Ежедневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 7-11 лет.**



Утверждено:

2 Вариант

Согласовано:



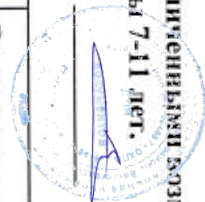
Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями ТК №54-7С	200	5,12	2,80	1,84	119,60	ТК №54-7С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТК №6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>7,66</b>	<b>3,10</b>	<b>31,30</b>	<b>247,68</b>		



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 7-11 лет.

Утверждено:

3 Вариант



Согласовано:

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборн рецепт
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Суп гороховый ТК № 54-8с	200	6,68	4,60	16,24	133,12	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	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>9,2</b>	<b>4,9</b>	<b>45,7</b>	<b>261,2</b>		

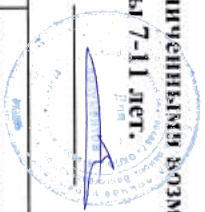


Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 7-11 лет.

Утверждено:

4 Вариант

Согласовано:



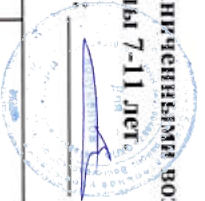
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	200	4,64	5,60	5,72	92,16	ТК №54-1С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>7,38</b>	<b>5,9</b>	<b>40,58</b>	<b>246,54</b>		

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 7-11 лет

Утверждаю: \_\_\_\_\_

5 Вариант

Согласовано: \_\_\_\_\_



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборн рецент
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2-й прием пищи							
Расольник Ленинградский ТК № 54-3С	200	4,72	5,76	13,60	125,60	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	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>7,26</b>	<b>6,06</b>	<b>43,06</b>	<b>253,68</b>		



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 7-11 лет.

Утверждаю: \_\_\_\_\_

6 Вариант

Согласовано: \_\_\_\_\_



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп гороховый ТК № 54-8с	200	6,68	4,60	16,24	133,12	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	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>9,2</b>	<b>4,9</b>	<b>45,7</b>	<b>261,2</b>		

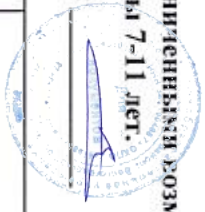


**Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 7-11 лет.**

Утверждает:

7 Вариант

Согласовано:



Применения, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборный рецепт
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	200	4,64	5,60	5,72	92,16	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	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>7,28</b>	<b>5,90</b>	<b>35,38</b>	<b>222,24</b>		



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 7-11 лет.

8 Вариант

Согласовано:



Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборная рецептура
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Борщ с капустой и картофелем ТК №54-2С	200	4,72	4,96	10,16	110,40	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	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>7,46</b>	<b>5,26</b>	<b>45,02</b>	<b>264,78</b>		

**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 7-11 лет.**

Утверждено:



Согласовано:



**9 Вариант**

Прием пищи и наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборная рецептура
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями ТК №54-7С	200	5,12	2,80	1,84	119,60	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	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>7,66</b>	<b>3,10</b>	<b>31,30</b>	<b>247,68</b>		



Ежедневное 20-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья детей-

инвалидов в образовательных учреждениях для возрастной группы 7-11 лет.

Утверждено:



Согласовано:



Итого:	6	ж	ут	ккал
Итого за период:	78,02	50,44	411,52	2 549,76
Среднее значение за период:	7,802	5,044	41,152	254,976
Соотношение пищевых веществ:	1	1	4	

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГБУ НИЗД 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.

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

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

Сборник рецептов 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.