

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "СОЮЗ-И"



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ
СШ № 2 г. Дубовки



Савченко Г.Г.
01.09.2025 г.

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

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 2 г.Дубовки Дубовского муниципального района
Волгоградской области (МКОУ СШ № 2 г.Дубовки)
Челюскинская начальная школа филиал МКОУ СШ № 2 г.Дубовки

2025

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

Утверждаю:



Директор ООО "Союз-К"

Киселев Д.Г.

Согласовано:



Директор МКОУ СПП № 2 г. Дубовки

Завченко Г.Г.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА №175	200	11,40	10,20	34,70	226,20	745	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 (БАТОН) 40/10	50	2,36	7,49	14,89	146,00	1	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,20	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60	ТК№338	
Итого за прием пищи:	530	14,34	18,09	72,82	470,00		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА СДОВНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50	692	
Итого за прием пищи:	300	9,80	5,30	84,90	423,50		
Всего:	830	24,14	23,39	157,72	893,50		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

Утверждаю:

Директор ООО "Юнона-К"

Киселев Д.Г.



Согласовано:

Директор ООО "Юнона-К" № 2 г. Дубовки

Савченко Г.Г.

2 день

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 (говядина)	90/30	11,30	10,60	14,10	190,20	307/363	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) №303	150	4,59	5,00	20,43	145,31	303	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (отурец св., помидор св., капуста квашеная, отурец сол., помидор сол.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20	70,71,80	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,20	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	560	20,57	16,20	73,88	517,71		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	300	7,60	11,00	92,20	490,30		
Всего:	860	28,17	27,20	166,08	1 008,01		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет



Директор
МКОУ СП № 2 г. Дубовки
Савченко Г.Г.

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	200	5,80	6,50	21,80	205,00	181	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН) 35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00	3	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ПЕЧЕНЬЕ №9	50	3,80	4,90	35,60	187,00	9	
Итого за прием пищи:	500	15,60	19,70	87,23	587,00		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА СДОВНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	300	7,60	4,00	87,20	410,30		
Всего:	800	23,20	23,70	174,43	997,30		
Всего:	800	23,20	23,70	174,43	997,30		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет



Утверждаю:

Директор ООО "СОЮЗ-К" Киселев Д.Г.

4 день



Согласовано:

Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Дубовки

Савченко Г.Г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200	16,30	19,80	32,40	345,80	492	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20	70,71,80	2017
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639	2004
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК№68	40	2,64	0,48	13,68	96,50	ТТК№68	
Итого за прием пищи:	500	19,94	20,38	68,23	539,80		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	300	7,60	11,00	92,20	490,30		
Всего:	800	27,54	31,38	160,43	1 030,10		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

Утверждаю:



Согласовано:



Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Дубовки

Савченко Г.Г.

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №168	250	16,90	15,80	46,50	364,20	168	
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,60	0,60	14,30	68,40	ТК№338	
Итого за прием пищи:	550	17,70	16,40	75,80	490,60		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА СДОВНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50	692	
Итого за прием пищи:	300	9,80	5,30	84,90	423,50		
Всего:	850	27,5	21,7	160,7	914,1		



Утверждено:
Директор ООО "СОЮЗ-К"
Кирилов Д.Г.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

6 день

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества
Белки, г Жиры, г Углеводы, г

Энергетическая ценность,

№ рецептуры

Сборник рецептур

Завтрак

КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	200	5,80	6,50	21,80	227,00	181	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН) 35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00	3	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	210	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,60	0,60	14,30	68,40	ТК№338	
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 337	40	5,50	5,00	0,30	68,60	337	
Итого за прием пищи:	600	17,90	20,40	66,23	559,00		

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	300	7,60	11,00	92,20	490,30		
Всего:	900	25,50	31,40	158,43	1 049,30		

Согласовано:
Директор
МКОУ СПД № 2 г. Дубовки
Савченко Г.Г.



Утверждаю:

Директор ФГБУ "ВНИИОИЗ" Киселев Д.Г.

10-11 дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 2 г. Дубовки

Савченко Г.Г.

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294А	90/30	12,10	14,60	14,60	252,60	№294А	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) №303	150	4,59	5,00	20,43	145,31	303	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20	70,71,80	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,50	685	2011
ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАННЫЙ ТТК №68	30	1,98	0,36	10,26	54,30	ТТК №68	
Итого за прием пищи:	540	19,45	20,06	60,54	517,91		

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА СДОВНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60	348	2011
Итого за прием пищи:	300	8,00	4,10	86,40	412,60		
Всего:	840	27,45	24,16	146,94	930,51		



Согласовано:

Директор
МКОУ СПР № 2 г. Дубовки

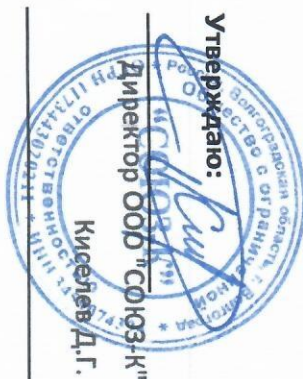
Савченко Г.Г.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 (говядина)	120	11,30	10,60	14,10	190,20	307/363	2016
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50	203	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639	2004
ХЛЕБ ПЕКАРВАННЫЙ ТТК №68	30	1,98	0,36	10,26	54,30	ТТК №68	
Итого за прием пищи:	500	18,78	20,11	78,96	573,30		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50	692	
Итого за прием пищи:	300	9,80	12,30	89,90	503,50		
Всего:	800	28,58	32,41	168,86	1 076,80		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

Утверждаю:



Директор ООО "СОЮЗ-К"

Киселев Д.Г.

Согласовано:



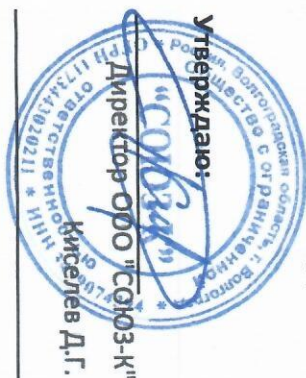
Директор МКГУ СП № 2 г. Дубовки

Савченко Г.Г.

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302	200	10,53	15,50	34,40	298,20	302	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН) 30/20	50	3,30	0,20	22,20	117,40	2	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,50	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60	ТК№338	
Итого за прием пищи:	530	14,41	16,10	79,83	513,70		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА СДОВНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	300	7,60	4,00	87,20	410,30		
Всего:	830	22,01	20,10	167,03	924,00		

10-ти Дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет



10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390	90	11,60	8,30	5,90	119,00	390	2004
РИС ОТВАРНОЙ №304	150	3,80	6,80	38,90	219,30	304	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (отурец св., помидор св., капуста квашеная, отурец сол., помидор сол.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20	70,71,80	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,50	685	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50	ТТК №68	
Итого за прием пищи:	530	19,48	15,80	77,15	494,50		

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60	348	2011
Итого за прием пищи:	300	8,00	11,10	91,40	492,60		
Всего:	830	27,48	26,90	168,55	987,10		



ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	261,57	262,34	1 629,17	9 810,72
Среднее значение за период	26,16	26,23	162,92	981,07
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:Делта плюс, 2011. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - 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.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делта 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.:Делта плюс, 2017. - 544с.