



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "СОЮЗ-К"

A handwritten signature in blue ink, appearing to be "Иванов", written over the stamp.



СОГЛАСОВАНО:

*Директор ИКОВ  
Ласкобагмисае СВР*

Примерное 10-ти дневное меню  
для обеспечения бесплатным  
двухразовым питанием  
обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей-инвалидов  
возрастной группы 12-18 лет

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МКОУ**



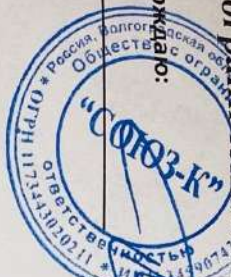
Согласовано:  
 Директор МКОУ «Специализированное СШ»  
*[Handwritten Signature]*

1 день

**Завтрак**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
КАША ВЯКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА №175	250	14,25	12,75	43,40	275,70		
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 (БАТОН) 40/10	50	2,36	7,49	14,89	146,00	1	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60	ТК№338	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>17,21</b>	<b>20,64</b>	<b>83,02</b>	<b>525,30</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>							
БУЛОЧКА СДОВНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	250	2,87	1,60	32,30	154,40		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,37</b>	<b>5,60</b>	<b>91,30</b>	<b>454,40</b>		
<b>Всего:</b>	<b>950</b>	<b>27,58</b>	<b>26,24</b>	<b>174,32</b>	<b>979,70</b>		

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов в образовательной группе 12-18 лет МКОУ**



Утверждено:



Согласовано:

Директор МКОУ Тресковская ООШ  
*Суркова*

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
ТРЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 307/363 (говядина)	100/30	12,70	12,80	15,50	227,30	307/363	2016	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) №303	180	5,50	5,49	24,60	175,00			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00	70,71,80	2017	
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>23,30</b>	<b>18,95</b>	<b>82,10</b>	<b>599,10</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>								
БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00			
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90	360	2011	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,60</b>	<b>11,00</b>	<b>99,25</b>	<b>517,90</b>			
<b>Всего:</b>	<b>1010</b>	<b>30,90</b>	<b>29,95</b>	<b>181,35</b>	<b>1 117,00</b>			

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с  
 ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ДЕТЕЙ - ИНВАЛИДОВ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 12-18 лет МКОУ**



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ № 181	250	7,30	8,12	27,25	256,25		
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	37,20	187,00	9	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>17,10</b>	<b>21,32</b>	<b>94,28</b>	<b>638,25</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90	360	2011
Итого за прием пищи:	900	24,70	25,32	188,53	1 076,15		
<b>Всего:</b>							

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МКОУ**

Утверждено:



Составлено:  
 директор МКОУ «Средняя общеобразовательная школа №12»  
*[Signature]*

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	220	18,00	21,78	35,64	380,40		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00	70,71,80	2017
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639	2004
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50	ТТК №68	
Итого за прием пищи:	570	22,70	22,54	76,04	577,20		
<b>ПОЛДНИК</b>							
БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90	360	2011
Итого за прием пищи:	350	7,60	11,00	99,25	517,90		
<b>Всего:</b>	920	30,30	33,54	175,29	1 095,10		

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов**  
**Возрастной группы 12-18 лет МКОУ**



Исполнено:  
 Составлено:  
 Директор МКОУ Дубовского муниципального района

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
ЛАШПЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ	250	19,60	18,20	33,50	376,20	168	
МОЛОЧНЫМ №168							
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) ТК№338	150	0,60	0,60	14,30	68,40	ТК№338	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>20,40</b>	<b>18,80</b>	<b>62,80</b>	<b>502,60</b>		
<b>Всего за день:</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>							
БУЛОЧКА СДОВНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	250	2,87	1,60	32,30	154,40		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,37</b>	<b>5,60</b>	<b>91,30</b>	<b>454,40</b>		
<b>Всего:</b>	<b>950</b>	<b>30,77</b>	<b>24,40</b>	<b>154,10</b>	<b>957,00</b>		

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МКОУ**



6 День

**Завтрак**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ № 181	250	7,30	8,12	27,25	256,25		
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) ТК№338	150	0,60	0,60	14,30	68,40	ТК№338	
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 337	40	5,50	5,00	0,30	68,60		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>19,40</b>	<b>22,02</b>	<b>71,68</b>	<b>588,25</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>							
БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90	360	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,60</b>	<b>11,00</b>	<b>99,25</b>	<b>517,90</b>		
<b>Всего:</b>	<b>1050</b>	<b>27,00</b>	<b>33,02</b>	<b>170,93</b>	<b>1 106,15</b>		

Согласовано:  
 директор МКОУ "Средняя школа №1" *С.А. Сидорова*



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов **ВОЗРАСТНОЙ** группы 12-18 лет МКОУ



Согласовано:  
 Директор  
*С.В. Ковалева*

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294 А	100/30	18,00	21,78	35,64	380,40	294А	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) №303	180	5,50	5,49	24,60	175,00		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00	70,71,80	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50	ТТК №68	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>28,00</b>	<b>28,03</b>	<b>95,24</b>	<b>725,90</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	250	0,62	0,10	34,25	140,75	348	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,12</b>	<b>4,10</b>	<b>93,25</b>	<b>440,75</b>		
<b>Всего:</b>	<b>1010</b>	<b>36,12</b>	<b>32,13</b>	<b>188,49</b>	<b>1 166,65</b>		

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов Возрастной группы 12-18 лет МКОУ**



Согласовано: *М.И. Пискаревская*  
 Директор МКОУ "Возрастная группа 12-18 лет МКОУ"

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
ТРЕФЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 307/363 (говядина)	130	12,50	11,77	15,60	211,30	307/363	2016
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	180	6,12	10,98	41,04	293,40		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639	2004
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50	ТТК №68	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>22,32</b>	<b>23,35</b>	<b>94,14</b>	<b>679,50</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>							
БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	250	2,87	1,60	32,30	154,40		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,37</b>	<b>12,60</b>	<b>96,30</b>	<b>534,40</b>		
<b>Всего:</b>	<b>910</b>	<b>32,69</b>	<b>35,95</b>	<b>190,44</b>	<b>1 213,90</b>		

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МКОУ**

Утверждено:   
 «СОЮЗ-К»  
 Федеральное государственное учреждение  
 «Центральный научно-исследовательский институт питания»  
 Роспотребнадзор  
 Федеральное государственное учреждение  
 «Центральный научно-исследовательский институт питания»  
 Роспотребнадзор

9 день

Согласовано:  
 Директор МКОУ «Сельскохозяйственная школа»  
  
 Документ  
 3405008848  
 МКОУ «Сельскохозяйственная школа»  
 1023005373826  
 ОГРН 1023005373826  
 Юридическое лицо  
 3405008848  
 МКОУ «Сельскохозяйственная школа»  
 1023005373826  
 ОГРН 1023005373826  
 Юридическое лицо

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯКАЯ С МАСЛОМ №302	250	13,16	19,37	43,00	372,70		
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН) 30/20	50	3,30	0,20	27,20	117,40	2	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60	ТК№338	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>17,06</b>	<b>19,97</b>	<b>94,93</b>	<b>593,70</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>							
БУЛОЧКА СДОВНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90	360	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,60</b>	<b>4,00</b>	<b>94,25</b>	<b>437,90</b>		
<b>Всего:</b>	<b>950</b>	<b>24,66</b>	<b>23,97</b>	<b>189,18</b>	<b>1 031,60</b>		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МКОУ

лет МКОУ

возрастной группы 12-18



Утверждаю:



Составлено:

Директор МКОУ Дzubовский СШ  
Serebetskiy

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390	100	12,90	9,20	6,50	132,20	390	2004
РИС ОТВАРНОЙ № 304	180	4,56	8,16	46,70	263,16		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00	70,71,80	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПЕЖЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50	ТТК №68	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>21,96</b>	<b>18,12</b>	<b>88,20</b>	<b>565,86</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>630</b>	<b>21,96</b>	<b>18,12</b>	<b>88,20</b>	<b>565,86</b>		

**10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МКОУ**

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	209,45	213,74	840,83	5 995,66
Среднее значение за период	20,95	21,37	84,08	599,57
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. ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГИОЗДИП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издательский 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.