

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

И.И.И.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

А.И.И.
31.08.2026г.



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



Согласовано

О.А. Овчинникова

31.08.2016

Одобрено

31.08.2016

Утверждаю:

О.А. Гусева

31.08.2016

Сектор, Школы, Школы

31.08.2016

Сектор, Школы, Школы

31.08.2016

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения питанием обучающихся с ограниченными возможностями возрастной группы 7-11 лет

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №43	200	4,72	6,60	13,60	125,60	ТТК №43	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №15	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	650	22,32	20,1	80,11	581,64		

Согласовано

г. Волгоград

Федеральное государственное учреждение «Минфин России»

ИИН № 614501001 ОЛРН-Т

615500

Дня 08.08.2021

ООО «Спектр»

Ежедневное 10-ти дневное меню

Утверждаю:

С. О. Н. Тришинева

Мноу, Милевская сш.

31.08.2026.

возрастной группы 7-11 лет

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями возрастной группы 7-11 лет

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №38	200	4,72	6,82	22,74	132,1	ТТК №38	
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №45	150	4,00	4,40	27,00	157,80	ТТК №45	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №2	120	11	14,7	15,9	239,9	ТТК №2	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №49	200	0,20	0,20	27,50	112,70	ТТК №49	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	2,30	0,20	15,10	71,10	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	700	22,22	26,32	108,24	713,60		

Согласовано
А.А. Мухомов
21.08.2026

Утверждаю:
О.А. Грищенко
21.08.2026

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями возрастной группы 7-11 лет

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУП ГОРОХОВЫЙ ТТК №39	200	5,97	7	24,34	196,6	ТТК №39	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №11	90	10,2	11,05	9,8	179,5	ТТК №11	
КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №47	150	3,3	4,4	33,7	187,6	ТТК №47	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №19	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	690	23,47	22,75	107,94	740,10		

Согласовано

И.А. Волгоградская область
Министерство здравоохранения
Г. Волгоград
Д. Волгоградская область
Министерство здравоохранения
Г. Волгоград
Министерство здравоохранения
Г. Волгоград

31.08.2016

Утверждаю:

МКОУ
«Линёвская
СШ»
Директор МКОУ «Линёвская СШ»

31.08.2016

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями возрастной группы 7-11 лет

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №40	200	4,64	6,6	25,67	149,8	ТТК №40	
КОТЛЕТА КУРИНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №22	120	10,3	12,3	13,1	204,4	ТТК №22	
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №45	150	4,00	4,40	27,00	157,80	ТТК №45	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	720	22,92	23,60	105,87	688,40		

Согласовано
Директор
« 28.08.2016 »

Утверждаю:
МКОО Н. Д. Димаскина
« 28.08.2016 »

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями возрастной группы 7-11 лет

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПЕРЛОВАЯ ТТК №46	150	3,80	2,00	26,90	142,80	ТТК №46	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №2	90/30	11	14,7	15,9	239,9	ТТК №2	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №49	200	0,20	0,20	27,50	112,70	ТТК №49	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	2,3	0,2	15,1	71,1	ТТК №5	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41	200	5,12	5,6	19,3	148	ТТК №41	
Итого за прием пищи:	580	22,42	22,70	104,70	714,50		

Согласовано

31.08.2022

Директор

Утверждаю:

31.08.2022

МКОУ

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями

возрастной группы 7-11 лет

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №38	200	4,72	6,82	22,74	132,1	ТТК №38	
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №29	120	11	12,31	22,6	234,26	ТТК №29	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №30	150	3,99	4,50	17,72	125,90	ТТК №30	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №15	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	840	23,81	23,93	103,36	670,66		

Согласовано

г. Волгоград
ООО "Орбита" 31.08.2016

Утверждаю:
31.08.2016

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями возрастной группы 7-11 лет

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №43	200	4,72	6,60	13,60	125,60	ТТК №43	
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	60	4,60	0,40	30,10	142,00	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	660	23,00	20,20	84,91	603,24		

Согласовано
" 31.08.2016 г."

Утверждено
" 31.08.2016 г."

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями возрастной группы 7-11 лет

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУП ГОРОХОВЫЙ ТТК №39	200	5,97	7	24,34	196,6	ТТК №39	
КОТЛЕТА КУРИНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №22	120	10,3	12,3	13,1	204,4	ТТК №22	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23	150	4,6	5,2	29,6	183,6	ТТК №23	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №19	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	720	24,87	24,8	107,14	761		

Согласовано
«09.08.2016»
«09.08.2016»

Утверждено:
«31.08.2016»
«31.08.2016»

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями возрастной группы 7-11 лет

10 Вариант

10 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41	200	5,12	5,6	19,3	148	ТТК №41	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №26	190	13,30	17,10	34,40	335,00	ТТК №21	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №49	200	0,20	0,20	27,50	112,70	ТТК №49	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	640	22,42	23,20	106,30	714,10		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого за период	6	ж	уг	ккал
Среднее значение за период	233,6131579	231,23	1007,901579	6868,550526
Соотношение пищевых веществ	231,21	230,28	1 004,70	6 847,95
	1	1	4	