



СОГЛАСОВАНО:

МК ОУ Микро-Любовской СШ  
#А.Кабанниг  
24.02.2026



Примерно 10-ти дневное время  
для обучения бесплатным  
двуязычным курсам  
обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей-инвалидов  
возрастной группы 7-14 лет

любовь, детей - милых и добрых родителей 7-11 лет. МОУ

2003-2004

27.02.2025



[illegible]

МКУ «Микро-Сельскохозяйственный  
#А.Кедманис  
27.01.2016

Утверждено  
Директор Казант  
27.04.2026

27.02.2026

[illegible]

## References

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



Утверждено

Директор МОУ Д.Г. Пилип

27.02.2016



Мокро-Ольховской см  
Ч.К.Кевлариз  
24.02.2016

| Наименование блюда                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
|                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |             |                               |            |                  |
| Завтрак                                                    |              |                  |         |             |             |                               |            |                  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 60           | 0,6              | 0,0     | 1,4         | 8,0         | 27                            |            |                  |
| ШОК ИЗ ПТИЦЫ № 492                                         | 200          | 15,10            | 18,00   | 30,20       | 345,80      | 492                           |            |                  |
| КОМПОЗИТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                | 700          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40       | 53                            |            | 0                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                    | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00       | 7                             |            |                  |
| Итого за завтрак                                           | 510          | 19,13            | 18,50   | 68,23       | 519,20      |                               |            |                  |
| Обед                                                       |              |                  |         |             |             |                               |            |                  |
| БЛИНЧКИ (ОЛАДЫ) С ПОВИДЛОМ № 13/14                         | 70/30        | 2,2              | 4,2     | 18,6        | 121,2       | 13/14                         |            |                  |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) №389                              | 200          | 0,20             | 0,20    | 16,50       | 112,70      | 389                           |            |                  |
| Итого за обед                                              | 290          | 2,40             | 4,40    | 35,10       | 233,90      |                               |            |                  |



27.02.2028

[illegible]

30317085

WYBE DINE & CO.

Директор, ООО «Солнечный свет»

27.03.2026

КОУ НОКРО-  
Н А. Рен  
27.01.2026

микро-Ольховской см  
Н.А. Кудрявцев

H. A. Pedraza

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



Утверждено

Директор МОУ № 2026

27.02.2026



МОУ МОКРО-Ольговской с/п  
Н.А. Кевлар  
27.02.2026

5 дней

| Примечание                          | Масса порции | Питательные вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--------------|----------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
|                                     |              | Белки, г             | Жиры, г | Углеводы, г |                               |            |                  |
| Завтрак                             |              |                      |         |             |                               |            |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАЛИНОЙ КРУПЫ №181 | 160          | 7,20                 | 8,70    | 33,81       | 211,64                        | 181        |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3       | 35/5/10      | 5,80                 | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3          | 2017             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379    | 200          | 3,16                 | 2,65    | 15,94       | 100,60                        | 379        |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338         | 120          | 0,60                 | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338        | 2017             |
| Итого за прием пищи:                | 530          | 16,76                | 19,95   | 75,65       | 527,64                        |            |                  |
| Полдник                             |              |                      |         |             |                               |            |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С      | 200          | 4,64                 | 5,60    | 5,72        | 92,16                         | TK №54-1C  | 2022             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686        | 200          | 0,30                 | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | 586        | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                   | 30           | 2,37                 | 0,30    | 14,49       | 70,09                         | ТТК №6     |                  |
| Итого за прием пищи:                | 430          | 7,31                 | 5,90    | 35,41       | 222,25                        |            |                  |

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



Утверждаю

Директор школы №1

27.02.2026



МОУ МКОУ МКОУ-Орловской ш  
Н.А.Телманш  
24.02.2026

7 день

| Пример пищи, наименование блюда                                               | Время порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность | № рецептур | Сборник рецептов |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|------------|------------------|
|                                                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                         |            |                  |
| Завтрак                                                                       |              |                  |         |             |                         |            |                  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                 | 60           | 0,90             | 4,30    | 3,75        | 57,70                   | 3/88       |                  |
| КОГЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №455/363 | 90/30        | 9,00             | 8,70    | 20,20       | 265,60                  | 455/363    |                  |
| КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) №303                                             | 150          | 3,99             | 4,50    | 17,72       | 125,90                  | 303        |                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                                     | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                   | 53         |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                             | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,90                   | 6          |                  |
| Итого за завтрак                                                              | 560          | 16,56            | 17,80   | 72,16       | 826,50                  |            |                  |
| Обед                                                                          |              |                  |         |             |                         |            |                  |
| БЛАНШЕДКИ (ОЛАДЫ) С ПОВИДОМ №13/14                                            | 70/30        | 2,2              | 4,2     | 18,6        | 121,2                   | 13/14      |                  |
| КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №379                                               | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 190,60                  | 379        |                  |
| Итого за обед                                                                 | 300          | 5,36             | 6,86    | 34,54       | 221,80                  |            |                  |

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатными двухразовыми питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов воспитательной группы: 7-11 лет МБОУ



Утверждаю  
Директор МБОУ  
27.02.2026



МКОУ Нокро-Ольговской ш  
#4. Искания  
27.02.2026

| Виды порций | Питательные вещества |       | Энергетическая ценность, ккал | Углеводы, г | Жиры, г | Белки, г | Сборник рецептов |
|-------------|----------------------|-------|-------------------------------|-------------|---------|----------|------------------|
|             | Злаки                | Овощи |                               |             |         |          |                  |

|                                                       |     |       |       |       |        |      |      |
|-------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 1 | 60  | 0.41  | 0.1   | 0.84  | 5.0    | 1    |      |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                             | 200 | 11.92 | 18.10 | 45.30 | 305.00 | 259  |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                   | 200 | 0.20  | 0.00  | 15.00 | 58.00  | 685  | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                    | 50  | 3.95  | 0.50  | 21.15 | 116.33 | 6    |      |
| Итого за прием пищи:                                  | 510 | 16.48 | 18.7  | 82.29 | 484.3  |      |      |
| Полдник                                               |     |       |       |       |        |      |      |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72                                | 100 | 9.60  | 11.60 | 11.60 | 183.60 | 72   |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685К                          | 200 | 0.20  | 0.00  | 9.20  | 42.00  | 685К | 2011 |
| Итого за прием пищи:                                  | 300 | 9.80  | 11.60 | 20.80 | 225.60 |      |      |

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

Утверждено

Директор Киселев А.Г.

27.02.2026



МОУ микрорайонской  
школа №1  
24.02.2026

| Наименование блюда                                   | Масса порции | Пищевая ценность |         |             | количество отходов | количество отходов | Сборник рецептов |
|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------|--------------------|------------------|
|                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                    |                    |                  |
| Завтрак                                              |              |                  |         |             |                    |                    |                  |
| КОТЛЕТЫ РУБЦОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363 | 90/30        | 11,30            | 12,10   | 14,60       | 205,60             | 294/363            |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                     | 150          | 3,70             | 5,70    | 28,20       | 195,70             | 203                | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ №686                        | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 69,00              | 686                | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                    | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,90              | 6                  |                  |
| Итого за завтрак пищи:                               | 500          | 17,67            | 18,10   | 72,49       | 532,20             |                    |                  |
| Обед                                                 |              |                  |         |             |                    |                    |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С                       | 200          | 4,64             | 5,60    | 5,72        | 92,16              | ТК №54-1С          | 2022             |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ТК №53                         | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40              | 53                 |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                    | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,90              | ТК №6              |                  |
| Итого за обед пищи:                                  | 430          | 7,31             | 5,90    | 36,21       | 229,46             |                    |                  |

10-ти дневное меню для обеспечения полноценным диетическим питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МБОУ



Утверждено  
Директор МБОУ Школы №10  
27.02.2016  
И.А. Ковалев

| Массовая порция                                 | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                         |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ №653 | 200              | 7,8     | 9,0         | 30,2                          | 225,8       | 653              |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3                   | 50               | 5,80    | 8,00        | 11,60                         | 147,00      | 3                |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                     | 200              | 0,20    | 0,00        | 9,20                          | 42,00       | 685К             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                               | 50               | 3,95    | 0,50        | 21,15                         | 116,33      | 6                |
| Итого за прием пищи:                            | 500              | 17,75   | 17,50       | 72,15                         | 531,13      |                  |
| Полдник                                         |                  |         |             |                               |             |                  |
| СОУПКА ТОЩАЯ С ТВОРОГОМ И ПЕЧЕНЬЕЙ              | 200              | 5,12    | 2,80        | 1,84                          | 119,60      | 20               |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТК №685                           | 200              | 0,20    | 0,00        | 15,00                         | 58,00       | 685              |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                               | 30               | 2,37    | 0,30        | 14,49                         | 70,90       | ТТК №6           |
| Итого за прием пищи:                            | 430              | 7,69    | 3,10        | 31,33                         | 248,50      |                  |

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

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого                       | г             | ж             | зг              | ккал            |
|-----------------------------|---------------|---------------|-----------------|-----------------|
| Итого за период             | 249,67/252,17 | 250,46/250,66 | 1091,78/1093,88 | 7552,64/7570,34 |
| Среднее значение за период  | 24,97/25,21   | 25,05/25,06   | 109,21/109,4    | 755,4/754,03    |
| Соотношение пищевых веществ | 1             | 1             | 4               |                 |

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2017. - 543с.

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

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

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных и изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.

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.