

УТВЕРЖАЮ:
Директор МБОУ СОШ №1
27.02.2026



СОГЛАСОВАНО:

МКЧУ Микро-Любовской ШШ
И.А. Ковалева
27.02.2026



Примерно 10-ти дневное время
для обучения багланлы
дугуразовый кытчыны
обучащкхон с ограниченными возможностями
здоровья, детей-инвалиды
возрастной группы 7-14 лет

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

Утверждаю
 Директор Кашубинского МКОУ
 27.02.2016



МКОУ Микро-Сельской СШ
 г.А.Кедванна
 27.02.2016

Наименование блюда	Масса порции	Пшеничные изделия			Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборные рецептуры
		Хлеб, г	Жир, г	Углеводы, г						
Завтрак										
КАША МЛЮЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ГТК №302	200	7,13	9,20	34,40	210,20	ГТК №302				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,59	21,15	116,33	6				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	8,00	11,60	147,00	3				7017
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379				
Итого за завтрак:	500	20,04	20,35	83,09	574,13					
Обед										
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №72	100	9,60	11,60	11,60	183,60	72				
ЧАЙ С САХАРОМ №5 685	200	0,20	0,0	15,0	58,0	685				
Итого за обед:	300	9,80	11,60	26,60	241,60					

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

Утверждаю
 Директор МБОУ «СШ №1»
 27.02.2026

Утверждаю
 М.А. Кевканиш
 27.02.2026



Прим. пицца, консервационные блюда	Масса порции	Исходные вещества		Углеводы, г	Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белок, г	Жиры, г				
Завтрак							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2	60,2	0,9	6,1	5,1	24,4	2	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	90,30	10,90	10,90	13,50	205,50	307/363	
КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКА (САРИН) №303	150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	582	19,12	19,00	71,95	572,80		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №54-7С	200	5,12	2,80	1,84	119,60	ТК №54-7С	2022
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	430	7,79	3,10	31,53	250,50		

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

Утверждаю
 Директор МОУ Д.Г. Кудрявцев
 27.02.2016
 «СО1033»
 Директор МОУ «МКОУ Мокро-Сыдовской СОШ №1»
 27.02.2016

МКОУ Мокро-Сыдовской СОШ №1
 Ч.К.Кедрович
 27.02.2016

Наименование блюда	Масса порции	3 дня		Пищевое вещество		Углеводы, г	на рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			
Залог								
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27	60	0,6	0,0	1,4	8,0	27		
ШОК ИЗ ПТИЦЫ № 452	200	15,10	18,00	30,20	345,80	492		
КОМПОСТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	700	0,30	0,00	16,00	56,40	53		0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00	7		
Итого за прием пищи:	510	19,13	18,50	68,23	519,20			
Итого								
БЛЮДЧКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14	76,30	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 прием пищи:	290	2,40	4,40	35,10	233,90			

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



Утверждаю
 Директор МОУ МСЭШ № 10
 27.02.2016

МКОУ Макро-Смоловской СШ
 П. А. Ковпанец
 27.02.2016



4 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Глишевые вещества		Углевода, г	Жиров, г	Энергетическая ценность ккал	№ рецептур	Сборных рецептов
		Белки, г	Жиры, г					
Завтрак								
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106)	90	9,1/11,60	11,5/11,80	10,9/13,0	142,3/159,00	229/106	2017	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	150	3,04	4,50	24,55	151,40	310	2017	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6		
Итого за завтрак завтра:	500	16,59/18,89	16,6/16,8	71,8/73,9	470,03/486,73			
Полдник								
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С	200	4,72	5,76	13,60	125,60	ТК №54-3С	2022	
ЧАЙ С САХАРОМ ТК № 685	200	0,20	0,00	15,00	53,00	685	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	ТТК №6		
Итого за полдник полдник:	430	7,29	6,06	43,09	254,50			

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

Утверждено

Директор МКОУ
27.03.2026



МКОУ МКОУ Макро-Ольховской СШ
Н.А. Ведина

27.03.2026

№ блюда	Наименование блюда	Масса порции	3 день		Питательные вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептур			
Завтрак									
175	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	160	10,86	11,92	27,76	206,00	175		
	БУТЕРБРОД С ПОЗИДЛОМ №2	30/20	5,00	4,40	25,20	156,00	2	2017	
	ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017	
	Итого за завтрак выдан:	530	16,66	16,92	82,26	488,40			
Обед									
	ЛАГШЕВИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154	130/20	8,2	11,5	29,1	192,7	154		
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53		
	Итого за обед выдан:	350	8,50	11,50	45,10	259,10			

10-ти дневное меню для обеспечения беспиданного питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МКОУ

Утверждаю
 Директор Казаров Д.Г.
 27.02.2026

Согласовано
 директор МКОУ
 Казаров Д.Г.
 27.02.2026

МКОУ МКОУ - Ольховской с/п
 7.А.Кельман
 27.02.2026

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пшеницы вейсман		Углеводы, угле	% рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАШНОЙ КРУПЫ №181	160	7,20	8,70	33,81	211,64	181
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	55/5/10	5,80	8,00	11,60	147,00	3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338
Итого за завтрак:	530	16,76	19,96	75,65	527,64	
Полдник						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №65-4-1С	200	4,64	5,60	5,72	92,16	1С №65-4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	1С №66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,09	ТТК №6
Итого за полдник:	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 ИКОУ



Утверждаю
 Директор Ижевского ЦС
 27.02.2025



ИКОУ Ижевского ЦС
 Н.А. Пивоварова
 27.02.2025

7 день

Пример завтрака, завтрак/ужин	Видовое питание	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белок, 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	388	
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	4,59	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/ужин:	560	16,56	17,80	72,16	526,50		
Обед							
БЛАНШЕДИ С ОЛАДЬЮ С ПОВИДЛОМ №13/14	70/30	2,2	4,2	18,6	121,2	13/14	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379	
Итого за обед/ужин:	300	5,36	6,86	34,54	221,80		

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

Утверждаю

Директор МКОУ

27.02.2026



МКОУ Наро-Ольговской ш
 А.А. Иванова
 27.02.2026

Вид сырья	Масса порции	Питательные вещества		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г				
Занятия							

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ, СЛЕЗЕНЬ 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		

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

Утверждаю
 Директор Киселев А.Г.
 27.02.2026

МКОУ Макро-Ольговский с/с/п
 Н.А. Шевнаки
 24.02.2026



Наименование блюда	Масса порции	9 день		Итого за месяц		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		
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 ЛИМОНОМ №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 пицца:	500	17,67	18,10	72,49	532,20		
Полдник							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С	200	4,64	5,60	5,72	92,16	ТК №54-1С	2022
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ТК №63	200	0,30	0,00	16,00	66,40	63	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	ТК №6	
Итого за полдник пицца:	430	7,31	5,90	36,21	229,46		

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

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	д	ж	зг	ккал
Итого за период	249,67/252,17	250,46/250,66	1091,78/1093,88	7553,64/7570,34
Среднее значение за период	24,9/25,21	25,05/25,06	109,2/109,4	755,4/754,03
Соотношение выверных 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 прес, 2017. - 543с.

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГБОУ ИЦЗД Минздрава России, НИИ ГИЗОДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Академический 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.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075069

Владелец Кевпанич Наталия Алексеевна

Действителен с 01.04.2025 по 01.04.2026