



СОГЛАСОВАНО  
директор МБОУ «Октябрьский лицей»  
/ И.О. Парусова  
15 12 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ  
ИП: О.Г.Шевченко  
О.Е.Шевченко

Шевченко  
Оксана  
Геннадьевна  
«15» 12 2025 г.

### Для обучающихся 7-11 лет (день 1)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная манная	160	3,4	3,96	27,83	161	№ 168, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г. С.193	48,41
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с лимоном	200	0,148	0,01	14,33	51,44	№ 154, сборник рецептур: А. Клявина "большой рецептурный кулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептур	6,67
Сыр твердых сортов	15	4,65	5,42	0,04	54,45	ТТК6	12,69
Булочка к чаю	30	2,16	1,86	15,3	95,1	ТТК8	15,95
Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	№ 338, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	23,28
	535	18,04	17,99	75,92	484,29		<b>111,00</b>

### Для обучающихся 12-18 лет (день 1)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная манная	220	9,01	12,3	25,64	309,25	№ 168, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г. С.193	48,41
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,00	51,44	№ 154, сборник рецептур: А. Клявина "большой рецептурный кулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептур	6,67
Сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ТТК6	12,69
Булочка к чаю	30	2,16	2,88	13,22	95,1	ТТК8	15,95
Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	№ 338, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	23,28
	595	19,71	21,31	78,36	632,54		<b>111,00</b>

Повар Руденко Л. А. Руденко



### Для обучающихся 7-11 лет (день 2)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Пельмени с заправкой (сливочное масло)	220	14,25	16,54	41,23	325,25	TTK13	74,05
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	TTK2	4,00
Кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 395, сборник рецептур на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г.	9,67
Горошек зеленый консервированный	60	2,2	0,1	9,8	55	TTK7	23,28
	510	19,16	18,99	82,31	556,15		<b>111,00</b>

### Для обучающихся 12-18 лет (день 2)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Пельмени с заправкой (сливочное масло)	260	14,75	19,02	44,2	398	TTK13	74,05
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	TTK2	4,00
Кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 395, сборник рецептур на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г.	9,67
Горошек зеленый консервированный	60	2,2	0,1	9,8	55	TTK7	23,28
	550	19,66	21,47	85,28	628,9		<b>111,00</b>

Повар Руденко Л. А. Руденко



2025 г.



УТВЕРЖДАЮ  
И.Г.Шевченко  
О.Е.Шевченко

2025 г.

### Для обучающихся 7-11 лет (день 3)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Пюре картофельное	150	2,05	4,8	20,45	137,25	№ 694, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересицкий, 205г. С.319	19,89
Котлета мясная куриная	100	13,25	8,85	15,7	228,75	ТТК11	57,16
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с лимоном	200	0,148	0,01	14,33	51,44	№ 154, сборник рецептур: А. Клявина "большой рецептурный кулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептур	6,67
Овощной салат с маслом растительным	100	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общеобр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	580	18,938	19,04	74,46	578,64		<b>111,00</b>

### Для обучающихся 12-18 лет (день 3)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	173,26	№ 694, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересицкий, 205г. С.319	19,89
Котлета мясная куриная	100	13,25	8,85	15,7	228,75	ТТК11	57,16
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,33	51,44	№ 943, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересицкий, 205г. С.398	6,67
Овощной салат с маслом растительным	100	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общеобр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	610	20,55	20	78,54	614,65		<b>111,00</b>

Повар

Руденко

Л. А. Руденко



СОГЛАСОВАНО  
директор МБОУ «Октябрьский лицей»  
/ И.О. Парусова  
12.01.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ  
И.Г. Шевченко  
Геннадьевна  
12.01.2025 г.

### Для обучающихся 7-11 лет (день 4)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Блины со сгущенкой	225	8,46	6,1	44,15	251	TTK18	59,36
Сыр твердых сортов	20	4,82	5,42	0,06	62,7	TTK16	14,69
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	TTK2	4,00
Кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 395, сборник рецептур на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г.	9,67
Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	TTK4	23,28
	510	17,19	16,77	81,69	554,6		<b>111,00</b>

### Для обучающихся 12-18 лет (день 4)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Блины со сгущенкой	275	11,03	7,24	49	325	TTK18	59,36
Сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	TTK16	14,69
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	TTK2	4,00
Кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 395, сборник рецептур на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г.	9,67
Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	TTK4	23,28
	555	20,51	20,91	86,52	620,35		<b>111,00</b>

Повар Руденко Л. А. Руденко



СОГЛАСОВАНО  
директор МБОУ «Октябрьский лицей»  
/ И.О. Парусова

19.12.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ  
И.П. О.Г.Шевченко  
О.Е.Шевченко

19.12.2025 г.

### Для обучающихся 7-11 лет (день 5)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Макароны отварные	150	2,36	2,21	30,25	135	№ 688, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.317	15,05
Куриные окорочки отварные с маслом	100	12,23	11,85	4,69	221,25	№ , сборник рецептур на продукцию для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	62,00
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с лимоном	200	0,148	0,01	14,33	51,44	№ 943, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.398	6,67
Овощной салат с маслом растительным	100	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общеобр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	580	18,228	19,45	73,25	568,89		<b>111,00</b>

### Для обучающихся 12-18 лет (день 5)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Макароны отварные	180	3,45	3,65	32,02	180	№ 688, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.317	15,05
Куриные окорочки отварные с маслом	100	14,52	13,54	8,97	256	№ , сборник рецептур на продукцию для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	62,00
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,33	51,44	№ 943, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.398	6,67
Овощной салат с маслом растительным	100	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43, сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общеобр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	610	21,6	22,58	79,3	648,64		<b>111,00</b>

Повар Руденко Л. А. Руденко