



Для обучающихся 7-11 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 1)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная манная	160	3,4	3,96	27,83	161	№ 168, сборник рецептов 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 рецептов: А. Клявина "большой рецептурный кулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептов	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 рецептов блюд и кулинарных изделий для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	23,28
	Итого	535	18,04	17,99	75,92	484,29		111,00
Обед	Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК 4	23,28
	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0	9,2	42	№ 685	9,72
	Итого	235	1,40	5,90	15,40	107,00		33,00
Всего		770	19,44	23,89	91,32	591,29		144,00

Повар Л. А. Руденко



Для обучающихся 12-18 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 1)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная манная	220	9,01	12,3	25,64	309,25	№ 168, сборник рецептов 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	0,14	0,01	14,00	51,44	№ 154, сборник рецептов: А. Клявина "большой рецептурный кулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептов	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 рецептов блюд и кулинарных изделий для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	23,28
	Итого	595	19,71	21,31	78,36	632,54		111,00
Обед	Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК 4	23,28
	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0	9,2	42	№ 685	9,72
	Итого	235	1,40	5,90	15,40	107,00		33,00
Всего		830	21,11	27,21	93,76	739,54		144,00

Повар Руденко Л. А. Руденко



Для обучающихся 7-11 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 2)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	Пельмени с заправкой (сливочное масло)	220	14,25	16,54	41,23	325,25	ТТК13	74,05
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	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	ТТК7	23,28
	Итого	510	19,16	18,99	82,31	556,15		111,00
Обед	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
	Кисель	200	0,11	0,12	25,09	119,2	ТТК16	9,72
	Итого	300	0,51	0,52	34,89	166,20		33,00
Всего		810	19,67	19,51	117,2	722,35		144,00

Повар Л. А. Руденко



Согласовано
директор МБОУ «Октябрьский лицей»
_____/ И.О. Парусова
« 16 » _____ 12 _____ 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
И.О.Г.Шевченко
О.Е.Шевченко
« 16 » _____ 12 _____ 2025 г.

Для обучающихся 12-18 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 2)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	Пельмени с заправкой (сливочное масло)	260	14,75	19,02	44,2	398	ТТК13	74,05
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	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	ТТК7	23,28
	Итого	550	19,66	21,47	85,28	628,9		111,00
Обед	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
	Кисель	200	0,11	0,12	25,09	119,2	ТТК16	9,72
	Итого	300	0,51	0,52	34,89	166,20		33,00
Всего		850	20,17	21,99	120,17	795,1		144,00

Повар _____ Л. А. Руденко



Для обучающихся 7-11 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 3)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	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. Пересичный ,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. Клявиня "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
	Итого	580	18,938	19,04	74,46	578,64		111,00
Обед	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	102,2	№ 349,сборник рецептур на продукцию для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	10,67
	Сырники из творога	60	19,4	13,3	14,4	281,5	ТТК48	22,33
	Итого	260,0	20,06	13,39	46,41	383,7		33,00
Всего		840	38,998	32,43	120,87	962,34		144,00

Повар Л. А. Руденко



СОГЛАСОВАНО
директор МБОУ «Октябрьский лицей»
/ И.О. Парусова
« 17 » 12 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
И.О.Г.Шевченко
О.Е.Шевченко
« 17 » 12 2025 г.

Для обучающихся 12-18 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 3)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	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. Пересичный ,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	0,14	0,01	14,33	51,44	№ 154,сборник рецептур: А. Клявиня "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
	Итого	610	20,55	20	78,54	614,65		111,00
Обед	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	102,2	№ 349,сборник рецептур на продукцию для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	10,67
	Сырники из творога	60	19,4	13,3	14,4	281,5	ТТК48	22,33
	Итого	260,0	20,06	13,39	46,41	383,7		33,00
Всего		870	40,61	33,39	124,95	998,35		144,00

Повар _____ Л. А. Руденко



Для обучающихся 7-11 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 4)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	Блины со сгущенкой	225	8,46	6,1	44,15	251	ТТК18	59,36
	Сыр твердых сортов	20	4,82	5,42	0,06	62,7	ТТК16	14,69
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	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	ТТК4	23,28
	Итого	510	17,19	16,77	81,69	554,6		111,00
Обед	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
	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0	9,2	42	№ 685	9,72
	Итого	300	0,60	0,40	19,00	89,0		33,00
Всего		810	17,70	17,17	100,69	643,6		144,00

Повар Л. А. Руденко



Для обучающихся 12-18 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 4)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	Блины со сгущенкой	275	11,03	7,24	49	325	ТТК18	59,36
	Сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ТТК16	14,69
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	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	ТТК4	23,28
	Итого	555	20,51	20,91	86,52	620,35		111,00
Обед	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
	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0	9,2	42	№ 685	9,72
	Итого	300	0,60	0,40	19,00	89,0		33,00
Всего		855	21,11	21,31	105,52	709,35		144,00

Повар _____ Л. А. Руденко



Для обучающихся 7-11 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 5)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	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 окорочка 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 общепит. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	Итого	580	18,228	19,45	73,25	568,89		111,00
Обед	Вафли	50	2,25	14,31	32,1	270	ТТК10	23,28
	Сок фруктовый	200	0	0	11	45	ТТК7	9,72
	Итого	250	2,25	14,31	43,10	315,00		33,00
Всего		830	20,478	33,76	116,35	883,89		144,00

Повар Л. А. Руденко



Для обучающихся 12-18 лет с ОВЗ и детей-инвалидов (день 5)

прием пищи	наименование блюда	выход	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена
		блюда (г)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)			
Завтрак	Макароны отварные	180	3,45	3,65	32,02	180	№ 688, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.317	15,05
	Куриные окорочка отварные с маслом	100	14,52	13,54	8,97	256	№ ,сборник рецептов 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	0,14	0,01	14,33	51,44	№ 943, сборник рецептов 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 рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общепит. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	Итого	610	21,6	22,58	79,3	648,64		111,00
Обед	Вафли	50	2,25	14,31	32,1	270	ТТК10	23,28
	Сок фруктовый	200	0	0	11	45	ТТК7	9,72
	Итого	250	2,25	14,31	43,10	315,00		33,00
Всего		860	23,85	36,89	122,4	963,64		144,00

Повар Л. А. Руденко