СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «Октябрьский лицей»

_____ И.О. Парусова

«01» 09 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

ИП «Шевченко

_____ О.Г. Шевченко

«01» 09 2025г

МЕНЮ ДЛЯ 5-11 КЛАССОВ

для учащихся с ограниченными возможностями здоровья и дети - инвалиды

1 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	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
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,00	51,44	№ 154,сборник рецептур: А. Клявиня "большой рецептурныйкулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептур
	сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ТТК6
	булочка к чаю	30	2,16	2,88	13,22	95,1	ТТК8
	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.
ИТОГО		**595**	**19,71**	**21,31**	**78,36**	**632,54**	
	Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК 4
	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0	9,2	42	№ 685
ИТОГО		**235**	**1,40**	**5,90**	**15,40**	**107,00**	
ВСЕГО		**830**	**21,11**	**27,21**	**93,76**	**739,54**	

2 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	пельмени с заправкой (сливочное масло)	260	14,75	19,02	44,2	398	ТТК13
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	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.
	горошек зеленый консервированный	60	2,2	0,1	9,8	55	ПР
ИТОГО		**550**	**19,66**	**21,47**	**85,28**	**628,9**	
	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.
	Кисель	200	0,11	0,12	25,09	119,2	ТТК16
ИТОГО		**300**	**0,51**	**0,52**	**34,89**	**166,20**	
ВСЕГО		**850**	**20,17**	**21,99**	**120,17**	**795,1**	

3 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	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
	Котлета мясная куриная	100	13,25	8,85	15,7	228,75	ТТК11
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	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
	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
ИТОГО		**610**	**20,55**	**20**	**78,54**	**614,65**	
	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.
	Сырники из творога	60	19,4	13,3	14,4	281,5	ТТК48
ИТОГО		**260,0**	**20,06**	**13,39**	**46,41**	**383,7**	
ВСЕГО		**870**	**40,61**	**33,39**	**124,95**	**998,35**	

4 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	блины со сгущенкой	275	11,03	7,24	49	325	ТТК18
	сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ТТК16
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	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.
	Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК4
ИТОГО		**555**	**20,51**	**20,91**	**86,52**	**620,35**	
	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.
	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0	9, 2	42	№ 685
ИТОГО		**300**	**0,60**	**0,40**	**19,00**	**89,0**	
ВСЕГО		**855**	**21,11**	**21,31**	**105,52**	**709,35**	

5 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	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
	куриные окорочка 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.
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	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
	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
ИТОГО		**610**	**21,6**	**22,58**	**79,3**	**648,64**	
	Вафли	50	2,25	14,31	32,1	270	ТТК10
	Сок фруктовый	200	0	0	11	45	ТТК7
ИТОГО		**250**	**2,25**	**14,31**	**43,10**	**315,00**	
ВСЕГО		**860**	**23,85**	**36,89**	**122,4**	**963,64**	

6 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	каша вязкая с маслом и сахаром, молочная рисовая	210	12,35	12,54	38,98	346	№ 168,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г. С.193
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	№ 338,сборник рецептур на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.
	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.
	сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ТТК16
ИТОГО		**555**	**21,03**	**20,71**	**80,1**	**623,35**	
	Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК 4
	Кисель	200	0,11	0,12	25,09	119,2	ТТК16
ИТОГО		**235**	**1,31**	**6,02**	**31,29**	**184,20**	
ВСЕГО		**790**	**22,34**	**26,73**	**111,39**	**807,55**	

7 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	гречка отварная	180	7,95	4,6	20,21	200,2	№ 679,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный ,205г. С.315
	гуляш из мяса кур	100	7,23	9,23	5,1	154	№ 591,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный ,205г. С.268
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	№ 349,сборник рецептур на продукцию для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.
	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
ИТОГО		**610**	**19,33**	**19,3**	**81,3**	**648,2**	
	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0	9, 2	42	№ 685
	Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК 4
ИТОГО		**235**	**1,4**	**5,9**	**15,40**	**107**	
ВСЕГО		**845**	**10,73**	**25,2**	**96,7**	**755,2**	

8 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	плов из птицы	275	12,3	10,2	45,62	378,12	№ 304,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г. С.296
	сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ТТК16
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	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
	Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК4
ИТОГО		**555**	**21,64**	**21,83**	**81,52**	**624,31**	
	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.
	Кисель	200	0,11	0,12	25,09	119,2	ТТК16
ИТОГО		**300**	**0,51**	**0,52**	**34,89**	**166,20**	
ВСЕГО		**855**	**22,15**	**22,35**	**116,41**	**790,51**	

9 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	макароны отварные	180	3,45	3,65	32,02	198,82	№ 688,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный ,205г. С.317
	тефтели мясные	100	11,02	8,32	5,98	158	№ 287 ,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г. С.628
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 379,сборник рецептур на продукцию для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.
	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
ИТОГО		**610**	**18,24**	**19,4**	**77,93**	**618,62**	
	Булочка к чаю	100	10,5	9,6	44,06	316,7	ТТК8
	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
ИТОГО		**300**	**10,648**	**9,61**	**58,39**	**368,14**	
ВСЕГО		**910**	**28,888**	**29,01**	**136,32**	**986,76**	

10 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
	гречка отварная	180	7,95	4,6	20,21	200,2	№ 679,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный ,205г. С.315
	Шницель	100	8,6	16,31	22,36	228,75	№ 794
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	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
	горошек зеленый консервированный	60	2,2	0,1	9,8	55	ТТК7
ИТОГО		**570**	**21,32**	**21,32**	**82,03**	**610,69**	
	сыр твердых сортов	20	4,82	5,42	0,06	62,7	ТТК6
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2
	Сок фруктовый	200	0	0	11	45	ТТК12
ИТОГО		**250**	**7,25**	**5,72**	**26,39**	**183,00**	
ВСЕГО		**820**	**28,57**	**27,04**	**108,42**	**793,69**	

По согласованию с Заказчиком в поставляемых блюдах допускается использовать иные продукты питания в соответствии с нормами замены, в случае отсутствия на рынке требуемых продуктов питания. Вода, специи (соль, перец) и прочие ингредиенты Заказчиком в Описании объекта закупки не указаны, при оказании услуги участником данные ингредиенты должны использоваться самостоятельно.