Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ № 2

Дицель О.А.

"28" августа 2026г

Примерное 10-и дневное меню для организации питания (завтрак и обед) детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательных учреждениях г.Куйбышева.

Действителено с сентября 2026г

(2 ступень питающихся)

10-дневное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: старше 12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
завтрак	Бутерброд с сыром и маслом	70	4,79	2,53	20,59	143,00	Пермь 2001г № 341
	Каша жидкая молочная овсяная	250	8,21	10,42	36,57	286,00	Новосибирск 2022г № 54-22к
	Какао с витамином С "Витошка"	200	4,60	3,60	12,60	100,00	РЦ 10.86.10-016-17840891-2018 № 14
	Детское печенье "Бегемотик Бонди"	80	2,53	5,26	16,75	115,00	Пром.
итого за завтрак			**20,13**	**21,81**	**86,51**	**644,00**	
обед	Горошек зелёный	100	2,83	1,56	5,83	29,00	Новосибирск 2022г № 54-20з
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	4,37	6,59	12,10	112,00	Новосибирск 2022г № 54-2с
	Рис припущенный	180	4,29	8,51	38,61	253,00	Новосибирск 2022г № 54-7г
	Шницель натуральный рубленный с луком из мяса птицы п/ф	100	12,53	15,15	13,56	265,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019
	Напиток с витаминами "Витошка"	180	0,00	0,00	17,00	72,00	РЦ 10.86.10.590-003-17840891-2016
	Соус красный основной	20	0,10	0,50	1,72	13,00	Новосибирск 2022г № 54-3 соус
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**30,05**	**33,06**	**126,85**	**927,00**	
Итого за день			**50,18**	**54,87**	**213,36**	**1 571,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							

завтрак	Бутерброд с повидлом и маслом	70	8,51	2,57	28,31	326,00	Пермь 2001г № 347
	Омлет натуральный	250	4,53	17,53	13,17	249,00	Новосибирск 2022г № 54-1о
	Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,00	Новосибирск 2022г № 54-4гн
	Гематоген	40	6,59	0,59	33,60	51,00	Пром.
Итого за завтрак			**21,23**	**21,79**	**83,78**	**676,00**	

обед	Кукуруза сахарная	100	2,00	1,56	10,17	13,00	Новосибирск 2022г № 54-21з
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	2,86	5,81	9,24	109,00	Москва 2004г № 124
	Макароны отварные	180	6,02	5,13	39,36	235,00	Новосибирск 2022г № 54-1г
	Биточки "по-Московски" п/ф	100	12,13	15,99	11,96	283,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019
	Соус томатный	20	0,16	1,01	1,28	14,00	Пермь 2001г № 238
	Компот из изюма	180	0,36	0,09	16,56	67,00	Новосибирск 2022г № 54-4хн
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**29,46**	**30,34**	**126,60**	**904,00**	

Итого за день			**50,69**	**52,13**	**210,38**	**1 580,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
завтрак	Бутерброд с маслом	70	1,50	1,49	24,77	120,00	Пермь 2001г № 345
	Кофейный напиток с молоком	200	4,12	3,50	11,99	90,00	Новосибирск 2022г № 54-23гн
	Суфле творожное со сгущенным молоком	280	14,67	15,63	56,34	427,00	Москва 2004г № 365
Итого за завтрак			**20,29**	**20,62**	**93,10**	**637,00**	

обед	Икра кабачковая (порционно)	100	2,56	3,29	3,58	56,00	Москва 2004г № 101
	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	6,83	4,51	32,59	195,00	Москва 2004г № 132
	Картофельное пюре	180	3,96	8,19	26,02	198,00	Новосибирск 2022г № 54-11г
	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10,40	14,53	6,70	182,00	Новосибирск 2022г № 54-11р
	Компот из кураги	180	0,20	0,09	14,13	60,00	Новосибирск 2022г № 54-2хн
	Фрукт свежий	160	1,44	0,32	12,96	64,00	Новосибирск 2018г № 10.3
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**31,32**	**31,68**	**134,01**	**938,00**	

Итого за день			**51,61**	**52,30**	**227,11**	**1 575,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
завтрак	Бутерброд с сыром	70	9,50	9,40	33,34	302,00	Пермь 2001г № 341
	Каша жидкая молочная манная	250	6,62	7,12	31,62	217,00	Новосибирск 2022г № 54-27к
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00	Новосибирск 2022г № 54-2гн
	Фрукт свежий	200	1,69	2,16	15,67	83,00	Новосибирск 2018г № 10.4
Итого за завтрак			**18,01**	**18,68**	**87,13**	**629,00**	

обед	Горошек зелёный	100	2,83	1,56	5,83	29,00	Новосибирск 2022г № 54-20з
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,67	8,43	26,84	237,00	Новосибирск 2022г № 54-24с
	Плов из грудки кур	280	19,04	21,86	47,30	448,00	Москва 2004г № 492
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	19,08	79,00	Москва 2004г № 707

	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**32,37**	**32,60**	**137,08**	**976,00**	

Итого за день			**50,38**	**51,28**	**224,21**	**1 605,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
завтрак	Бутерброд с повидлом	70	3,87	7,51	42,90	199,00	Пермь 2001г № 347
	Каша жидкая молочная кукурузная	250	3,92	8,90	9,41	176,00	Новосибирск 2022г № 54-1к
	Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,00	Новосибирск 2022г № 54-4гн
	Кондитерское изделие	30	10,53	3,63	21,36	124,00	Пром.
Итого за завтрак			**19,92**	**21,14**	**82,37**	**549,00**	

обед	Кукуруза сахарная	100	2,00	1,56	10,17	13,00	Новосибирск 2022г № 54-21з
	Свекольник со сметаной с мясом говядины	270	2,25	9,80	8,56	110,00	Новосибирск 2022г № 54-18с
	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,58	5,81	42,81	298,00	Новосибирск 2022г № 54-4г
	Голубцы ленивые	100	9,68	12,89	8,22	143,00	Новосибирск 2022г № 54-3м
	Соус сметанный с томатом	20	3,70	0,50	7,79	59,00	Москва 2004г № 602
	Напиток яблочный	180	0,00	0,00	17,96	68,00	Москва 2004г № 701
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**31,14**	**31,31**	**133,54**	**874,00**	

Итого за день			**51,06**	**52,45**	**215,91**	**1 423,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		

Неделя 2 День 1							
завтрак	Бутерброд с сыром и маслом	70	4,79	2,53	20,59	143,00	Пермь 2001г № 341
	Каша жидкая молочная овсяная	250	8,21	10,42	36,57	286,00	Новосибирск 2022г № 54-22к
	Кофейный напиток с молоком	200	4,12	3,50	11,99	90,00	Новосибирск 2022г № 54-23гн
	Кондитерское изделие	30	5,37	6,53	8,53	27,00	Пром.
Итого за завтрак			**22,49**	**22,98**	**77,68**	**546,00**	
обед	Икра кабачковая (порционно)	100	2,56	3,29	3,58	56,00	Москва 2004г № 101
	Суп гороховый	250	4,83	5,26	18,65	139,00	Новосибирск 2022г № 54-25с
	Макароны отварные	180	6,02	5,13	39,36	235,00	Новосибирск 2022г № 54-1г
	Котлета из говядины п/ф	100	12,43	18,96	11,53	216,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019
	Соус томатный	20	0,16	1,01	1,28	14,00	Пермь 2001г № 238
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,32	1,50	17,82	73,00	Новосибирск 2022г № 54-1хн
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**32,25**	**35,90**	**130,25**	**916,00**	
Итого за день			**54,74**	**58,88**	**207,93**	**1 462,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2							
завтрак	Бутерброд с маслом	70	1,50	1,49	24,77	120,00	Пермь 2001г № 345
	Каша вязкая молочная ячневая	250	9,12	11,62	42,50	312,00	Новосибирск 2022г № 54-21к
	Какао с витамином С "Витошка"	200	4,60	3,60	12,60	100,00	РЦ 10.86.10-016-17840891-2018 № 14

	Кондитерское изделие	35	3,59	3,57	6,53	96,00	Пром.
Итого за завтрак			**18,81**	**20,28**	**86,40**	**628,00**	

обед	Горошек зелёный	100	2,83	1,56	5,83	29,00	Новосибирск 2022г № 54-20з
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,67	8,43	26,84	237,00	Новосибирск 2022г № 54-24с
	Капуста тушеная	180	6,53	5,86	36,79	227,00	Новосибирск 2022г № 54-8г
	Тефтели "по-Домашнему" п/ф	100	13,51	16,27	24,59	267,00	ТУ 10.86.10-005-16923037-2019
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	5,85	24,00	Новосибирск 2022г № 54-2гн
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**32,65**	**32,87**	**137,93**	**967,00**	

Итого за день			**51,46**	**53,15**	**224,33**	**1 595,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 3							
завтрак	Бутерброд с повидлом и маслом	70	8,51	2,57	28,31	326,00	Пермь 2001г № 347
	Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	280	11,59	18,37	56,86	195,00	Пермь 2001г № 135
	Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,00	Новосибирск 2022г № 54-4гн
Итого за завтрак			**21,70**	**22,04**	**93,87**	**571,00**	

обед	Кукуруза сахарная	100	2,00	1,56	10,17	13,00	Новосибирск 2022г № 54-21з
	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	6,83	4,51	32,59	195,00	Москва 2004г № 132
	Рис припущенный	180	4,29	8,51	38,61	253,00	Новосибирск 2022г № 54-7г

	Рыба, запеченная с маслом сливочным	105	13,76	18,39	4,99	247,00	Пермь 2001г № 146
	Напиток с витаминами "Витошка"	180	0,00	0,00	17,00	72,00	РЦ 10.86.10.590-003-17840891-2016
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**32,81**	**33,72**	**141,39**	**963,00**	

Итого за день			**54,51**	**55,76**	**235,26**	**1 534,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
завтрак	Бутерброд с сыром	70	9,50	9,40	33,34	302,00	Пермь 2001г № 341
	Кофейный напиток с молоком	200	4,12	3,50	11,99	90,00	Новосибирск 2022г № 54-23гн
	Омлет натуральный	250	4,53	17,53	13,17	249,00	Новосибирск 2022г № 54-1о
Итого за завтрак			**18,15**	**30,43**	**58,50**	**641,00**	

обед	Икра баклажанная (порционно)	100	0,02	1,59	5,67	61,00	Москва 2004г № 101
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	2,86	5,81	9,24	109,00	Москва 2004г № 124
	Картофельное пюре	180	3,96	8,19	26,02	198,00	Новосибирск 2022г № 54-11г
	Курица тушеная с морковью	120	13,52	11,59	7,53	151,00	Новосибирск 2022г № 54-25м
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,32	1,50	17,82	73,00	Новосибирск 2022г № 54-1хн
	Фрукт свежий	200	0,80	0,80	19,60	90,00	Новосибирск 2018г № 10.1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**27,41**	**30,23**	**123,91**	**865,00**	

Итого за день			**45,56**	**60,66**	**182,41**	**1 506,00**	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5							
завтрак	Бутерброд с маслом	70	1,50	1,49	24,77	120,00	Пермь 2001г № 345
	Каша жидкая молочная пшенная	250	10,37	12,62	47,00	342,00	Новосибирск 2022г № 54-24к
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00	Новосибирск 2022г № 54-2гн
	Фрукт свежий	180	1,42	0,47	20,15	92,00	Новосибирск 2018г № 10.4
Итого за завтрак			**13,49**	**14,58**	**98,42**	**581,00**	
обед	Икра кабачковая (порционно)	100	2,56	3,29	3,58	56,00	Москва 2004г № 101
	Свекольник со сметаной с мясом говядины	260	1,01	6,18	11,53	67,00	Новосибирск 2022г № 54-18с
	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,58	5,81	42,81	298,00	Новосибирск 2022г № 54-4г
	Котлета рубленная из мяса птицы "Особенная" п/ф	100	11,53	15,27	9,52	204,00	ТУ10.86.10-004-16923037-2019
	Соус сметанный с томатом	20	3,70	0,50	7,79	59,00	Москва 2004г № 602
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	19,08	79,00	Москва 2004г № 707
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,20	116,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	30	2,13	0,30	13,83	67,00	Пром.
Итого за обед			**33,21**	**31,80**	**132,34**	**946,00**	
Итого за день			**46,70**	**46,38**	**230,76**	**1 527,00**	
Среднее значение за период			**50,69**	**53,79**	**217,17**	**1 537,80**	

Техник-технолог 1 категории Е.А. Колесникова