



Согласовано

И.О. директора

Сурт

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.



Утверждаю

Директор ООО "Славия"

Оноприенко Ю.М.

01.09

2026

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием
(завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями здоровья, детей -
инвалидов в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет

2026



Согласовано

И.О. директора

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

ения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными
ов в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет

1 день

а и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Каша вязкая молочная рисовая	200	5,6	10,6	40,7	275,0	174	2011
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК 6	
Чай с сахаром каркаде	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Итого за прием пищи:	555	9,2	11,2	84,7	473,0		

Полдник

Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83,4	707	2004
Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	107,6	372	2011
Итого за прием пищи:	300	1,5	0,6	44,4	191,0		
Всего за день:		10,7	11,8	129,1	664,0		



Согласовано

И.О. директора Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

Приложение 12 к плану меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет

2 день

а и	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, огурец соленый, свекла отварная)	60	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Гречка по-купечески	200	21,9	25,3	40,1	425,0	ТТК 468	2024
Чай черный с яблоком	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК 547	2025
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	25,7	25,7	69,9	567,5		

Полдник

Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Чай с сахаром каркаде	180	0,2	0,0	13,5	54,4	685	2004
Итого за прием пищи:	300	2,2	2,4	37,4	180,8		
Всего за день:		25,6	27,0	119,3	762,1		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора Сурт Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

3 день

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Тефтели с соусом 2-вариант	90/30	8,4	15,1	14,3	213,8	462/593	2004
Каша вязкая гречневая	150	6,1	4,8	37,8	178,2	302	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
Итого за прием пищи:	530	17,7	20,1	86,6	545,5		

Полдник

Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,4	54,7	338	2011
Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707	2004
Итого за прием пищи:	300	1,4	0,7	29,1	135,0		
Всего за день:		27,1	26,4	99,0	702,5		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

4 день

	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, огурец соленый, свекла отварная)	60	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Плов из птицы	200	15,3	20,8	39,2	410,6	291	2011
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	515	18,9	21,1	76,1	569,4		

Полдник

Бутерброд с маслом	20/5	1,4	4,7	9,2	84,4	1	2011
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Чай с сахаром и лимоном	180	0,2	0,0	13,5	55,4	377	2011
Итого за прием пищи:	305	2,0	5,1	32,2	185,4		
Всего за день:		20,9	26,2	108,3	754,8		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

5 день

а и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак						
0	5,0	4,0	28,0	169,0	ТТК 515	2025
/25	4,0	9,0	45,0	273,0	2	2011
15	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
0	9,2	13,0	88,0	502,5		

Полдник

Бутерброд с маслом	20/5	1,4	4,7	9,2	84,4	1	
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707	2004
Итого за прием пищи:	305	2,7	5,3	36,4	210,3		
Всего за день:		17,8	19,7	116,7	737,1		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора

Суровцева

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

6 день

№ п/п	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак						
	14,6	18,7	13,6	223,0	294	2011
	5,5	5,7	33,2	206,4	203	2011
5/5	0,3	0,0	15,2	60,0	377	2011
	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
	23,4	24,6	81,5	581,3		

Полдник

Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
Итого за прием пищи:	300	2,1	2,4	38,7	185,7		
Всего за день:		23,6	17,8	118,9	676,9		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

7 день

а и	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, огурец соленый, свекла отварная)	60	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Плов из птицы	200	15,3	20,8	39,2	410,6	291	2011
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	515	18,9	21,1	76,1	569,4		

Полдник

Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78,0	378	2011
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Итого за прием пищи:	300	3,5	3,5	39,5	204,4		
Всего за день:		17,0	26,0	119,3	781,8		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

8 день

а н	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Фрикадельки рыбные с соусом томатным	90/30	13,4	12,9	12,3	158,0	239/593	2011/2004
Картофельное пюре	150	3,0	9,0	18,0	172,0	128	2011
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,3	0,0	14,8	60,0	377	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	530	19,7	22,1	64,6	481,9		

Полдник

Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707	2004
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Итого за прием пищи:	300	2,9	2,6	41,6	206,7		
Всего за день:		28,6	22,4	124,3	767,7		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

9 день

а н	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Макароны запеченные с яйцом	200	10,0	8,0	37,0	291,0	206	2011
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376	2011
Хлеб пшеничный	45	3,8	0,2	21,9	103,4	ТТК№6	
Итого за прием пищи:	560	14,3	8,6	85,7	499,3		

Полдник

Бутерброд с маслом	20/5	1,4	4,7	9,2	84,8	1	2011
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,8	49,6	376	2004
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Итого за прием пищи:	305	1,9	5,1	33,5	180,0		
Всего за день:		27,0	31,4	107,1	748,1		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора

Сурт

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

10 день

наименование	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Каша жидкая молочная из манной крупы	200	5,5	9,7	38,5	250,0	181	2011
Бутерброд с маслом и сыром	60/10/10	4,0	9,0	45,0	273,0	2	2011
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
Итого за прием пищи:	500	9,7	18,7	98,5	584,6		

Полдник

Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	107,6	372	2011
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60,0	377	2011
Итого за прием пищи:	322	0,7	0,4	40,1	167,6		
Всего за день:		9,9	13,4	128,1	670,1		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

11 день

а и	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			

Завтрак

Котлета рубленая из птицы	90	14,6	18,7	13,6	223,0	294	2011
Каша вязкая гречневая	150	6,1	4,8	37,8	178,2	302	2004
Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	32,0	593	2004
Чай черный с яблоком	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК№547	2025
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	510	25,1	26,3	83,6	568,1		

Полдник

Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78,0	378	2011
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	2011
Итого за прием пищи:	300	3,5	3,5	39,5	204,4		
Всего за день:		25,6	22,3	119,3	720,7		



Согласовано

И.О. директора

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

ния горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет

12 день

12 день						
а н	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак						
0	16,0	12,8	8,0	191,4	297/593	2011/2004
0	6,5	6,8	40,2	217,2	180	2016
15	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
6	25,7	19,8	82,7	561,0		

Полдник

Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,4	54,7	338	2011
Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707	2004
Итого за прием пищи:	300	1,4	0,7	29,1	135,0		
Всего за день:		17,8	25,9	109,9	715,6		

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак+полдник) детей с ограниченными возможностями в образовательных учреждениях возрастной группы 7-11 лет



Согласовано

И.О. директора

Суровцева С.Н.

01.09.2026 г.

	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	217,5	232,2	978,0	6 503,5
Среднее значение за период	18,1	19,4	81,5	542,0

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГБУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143822987360715706115079811037470648151384140661

Владелец Суровцева Светлана Николаевна

Действителен с 20.03.2026 по 20.03.2027