

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"

Р.И.Мусина



"СОГЛАСОВАНО"

Директор
ГБОУ "Набережночелнинской школы
№88 для детей с ограниченными
возможностями здоровья"

И.И.Тарифулина



Примерное двухдневное меню
горячего питания для воспитанников общеобразовательной
специальной (коррекционной) школы № 88 на 2025 год.

№ рец., ТТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.*	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность,
1 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	7.32	5.21	39.7	235.01
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	2.72	4.7	14.31	110.39
	Итого		11.51	11.33	54.01	364.04
Второй завтрак						
707/04	Сок фруктовый разливной	180	0.9	0.00	18.18	76.32
	Итого		0.9	0.0	18.2	76.3
Обед						
ТТК357н	Салат "Капуста квашеная"	50	0.88	2.51	4.26	43.11
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	10.56	7	15.88	168.8
ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	5.35	14.3	8.75	185.09
516/04	Макаронные изделия отварные	130	4.64	3.78	31.67	179.3
ТТК № 258н	Напиток "Плодово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		25.74	28.26	111.83	804.62
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	21.71	15.29	31.52	350.51
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	2.9	5.77	22.34	152.93
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		27.29	21.73	77.77	615.83
	Итого за день		65.44	61.32	261.79	1860.81
2 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
340/04	Омлет натуральный с маслом	180/3	17.32	22.99	2.6	286.62
686/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.27	0.06	15.28	62.73
	Итого		17.64	26.67	17.95	382.45
Второй завтрак						
697/04	Молоко кипяченое	180	5.51	4.75	9.12	101.22
	Итого		5.51	4.75	9.12	101.22
Обед						
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	0.62	0.05	5.81	26.16
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1.76	3.8	11.44	86.96
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	10.56	16.52	13.2	243.68
510/04	Каша гречневая вязкая	130	4.03	4.12	21.54	139.36
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	0.5	0.02	19.43	79.92
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		21.78	25.18	102.03	721.76
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый банан	100	1.5	0.00	21	90
ТТК №631	Капуста тушеная с мясным фаршем	200	13.39	15.8	13.47	249.68
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	0.51	0.08	19.38	80.23
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		17.68	16.15	68.76	491.10
	Итого за день		62.61	72.75	197.86	1696.53
3 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
160/04	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4.58	3.84	17.86	124.28
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	3.05	2.52	15.28	96
	Итого		9.10	7.78	33.14	238.92
Второй завтрак						
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	180	0.09	0.00	19.33	77.67
	Итого		0.09	0.00	19.33	77.67
Обед						
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	1.02	3.55	4.28	53.16

134/04.	Суп крестьянский с крупой и мясными фрикадельками со сметаной	200/25/10	2,03	3,97	8,83	79,22
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупажные из минтая	2/40	10,75	7,84	15,74	176,51
520/04	Пюре картофельное	130	2,86	4,26	19,17	126,47
ТТК-271н	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	28,04	114,51
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2,03	0,4	15,7	74,49
	Итого		21,15	20,47	106,67	695,55
Уплотненный полдник						
ТТК 101н	Биточки "Любимые"	75	9,52	11,93	9,26	182,52
510/04	Каша перловая вязкая	130	2,64	3,61	20,66	125,69
ТТК-356н	Компот "Плодово-ягодный" ассорти	200	0,01	0,01	16,66	66,73
769/04	Булочка домашняя	50	3,59	6,81	30,8	198,91
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19
	Итого		18,04	22,63	92,29	645,04
	Итого за день		48,38	50,88	251,43	1657,18
4 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0,05	3,62	0,07	33,1
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	6,17	5,12	32,97	202,66
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,2	0,05	5,06	21,5
	Итого		6,4	8,8	38,1	257,3
Второй завтрак						
698/04	Ацидофилин	180	5,44	4,86	7,78	96,62
	Итого		5,44	4,86	7,78	96,62
Обед						
52/11	Салат из отварной свеклы	50	0,91	3,06	5,33	52,49
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	1,88	3,88	9,88	81,96
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	27,35	11,69	40,01	374,68
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	0,12	0,04	16,55	67,06
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2,03	0,4	15,7	74,49
	Итого		34,57	19,34	102,38	721,87
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2
ТТК - 521н	Запеканка из творога "Ягодка" с повидлом	150/30	29,16	13,12	50,88	438,23
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	0,14	0,02	24,43	98,45
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19
	Итого		31,98	13,81	99,22	649,07
	Итого за день		78,41	46,80	247,48	1724,82
5 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1,47	1,42	0,00	18,64
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	9,11	5,37	43,94	260,58
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1,65	1,3	7,46	48,15
	Итого		12,23	8,09	51,40	327,37
Второй завтрак						
707/04	Сок разливной	180	0,9	0,00	18,18	76,32
	Итого		0,9	0,0	18,2	76,3
Обед						
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	0,49	5,09	6,56	73,94
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	8	7,18	10,85	140,01
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	12,09	17,09	9,3	239,33
№541/04	Рагу овощное	130	2,52	5,74	13,81	116,98
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	0,51	0,08	19,38	80,23
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2,03	0,4	15,7	74,49
	Итого		27,92	35,85	90,51	796,17
Уплотненный полдник						
ТТК396	Гуфтели из птицы с соусом томатным	60/30	9,78	8,56	11,73	163,1
510/04	Каша ячневая вязкая	130	2,84	3,66	18,29	117,47
ТТК 258н	Напиток "Плодово-ягодный" из изюма	200	0,00	0,00	20,66	82,64
470/10	Булочка дорожная	50	3,36	7,37	28,82	195,06
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19
	Итого		18,26	19,86	94,41	629,46
	Итого за день		59,31	63,80	254,50	1829,32
6 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0,05	3,62	0,07	33,1
ТТК 270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	200/3	7,15	5,59	43,21	251,73
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	2,72	4,7	14,31	110,39
	Итого		9,92	13,91	57,59	395,22
Второй завтрак						
697/04	Молоко кипяченое	180	5,51	4,75	9,12	101,22
	Итого		5,51	4,75	9,12	101,22
Обед						
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	0,78	2,54	4,69	44,75
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	5,69	4,47	15,98	126,85
437/04	Уляш	50/50	15,96	5,87	3,58	131,02

ТТК-446	Шоше из бобовых "Янтарное"	130	14.7	4.32	32.42	227.34
ТТК-257н	Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов	200	0.5	0.02	19.43	79.92
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		41.94	17.89	106.71	755.56
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2
ТТК819	Жаркое из мякоти птицы	50/150	25.88	9.38	21.48	273.9
ТТК-265н	Компот "Флодово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06
	Пряники	35	2.03	1.51	25.66	124.29
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		30.71	11.60	87.60	577.64
	Итого за день		88.08	48.15	261.02	1829.64
7 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
311/04	Каша молочная пшеница с маслом	200/3	7.55	6.01	37.47	234.22
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0.2	0.05	5.06	21.5
	Итого		9.2	7.5	42.5	274.4
Второй завтрак						
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	180	0.09	0.00	19.33	77.67
	Итого		0.09	0.00	19.33	77.67
Обед						
612/04	Маринад овощной с томатом	50	0.64	5.04	4.5	65.91
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1.76	3.8	11.44	86.96
ТТК-738к	Котлеты "Крестьянские"	75	11.16	12.44	9.3	193.76
510/04	Каша гречневая вязкая	130	4.03	4.12	21.54	139.36
ТТК № 258н	Напиток "Флодово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		21.90	26.07	98.05	714.31
Уплотненный полдник						
ТТК - 341к	Творожник "Зебра" с повидлом	150/30	29.13	11.81	39.44	380.53
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	0.14	0.02	24.43	98.45
769/04	Булочка домашняя	50	3.59	6.81	30.8	198.91
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		35.14	18.91	109.58	749.08
	Итого за день		66.35	52.46	269.49	1815.42
8 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
219/10	Омлет с зеленым горошком	160	13.14	15.89	12.37	245.02
686/04	Чай с лимоном	200/7	0.27	0.06	15.28	62.73
	Итого		13.46	19.57	27.72	340.85
Второй завтрак						
698/04	Ашдофилин	180	5.44	4.86	7.78	96.62
	Итого		5.44	4.86	7.78	96.62
Обед						
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	50	0.74	2.6	6.84	53.74
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1.63	3.81	7.42	70.49
ТТК734к	Котлеты рыбные "Морычка"	75	13.56	7.37	6.28	145.68
ТТК 11н	Картофель "По-деревенски"	130	3.8	10.5	30.94	233.43
ТТК-258к	Напиток "Флодово-ягодный" из урюка	200	0.51	0.08	19.38	80.23
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		24.55	25.03	101.47	729.25
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый банан	100	1.5	0.00	21	90
ТТК449	Грудки из птицы отварные с маслом	75/3	25.27	5.57	0.65	153.79
510/04	Каша перловая вязкая	130	2.64	3.61	20.66	125.69
ТТК-271н	Компот "Флодово-ягодный" из свежих яблок	200	0.18	0.18	19.06	78.58
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		31.87	9.63	76.28	519.25
	Итого за день		75.32	59.09	213.25	1685.97
9 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	6.76	6.55	27.96	197.87
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1.65	1.3	7.46	48.15
	Итого		9.88	9.27	35.42	264.66
Второй завтрак						
707/04	Сок разливной	180	0.9	0.00	18.18	76.32
	Итого		0.9	0.0	18.2	76.3
Обед						
ТТК-390	Салат "Веснушка"	50	0.89	5.04	4.81	68.15
ТТК-425	Суп "Гречишное зернышко" с мясными	200/25	7.27	7.84	16.66	166.26
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная в соусе	50/50	23.62	4.59	3.68	150.56
516/04	Макаронные отварные	130	4.64	3.78	31.67	179.3
ТТК-265н	Компот "Флодово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06

	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		40.85	21.96	103.98	777.01
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2
ТТК-404	Голубцы с мясом и рисом "Легкие"	200	12.23	22.39	15.54	312.6
ТТК № 258н	Напиток "Флодово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		14.91	23.06	60.11	507.63
	Итого за день		66.54	54.29	217.69	1625.62
10 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
161/04	Суп молочный с рисом	200	3.76	3.78	15.74	111.99
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	3.05	2.52	15.28	96
	Итого		6.86	9.92	31.09	241.09
Второй завтрак						
697/04	Молоко кипяченое	180	5.51	4.75	9.12	101.22
	Итого		5.51	4.75	9.12	101.22
Обед						
ТТК-130	Салат "Метелка"	50	0.82	5.05	3.21	61.51
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2.54	3.95	13.99	101.69
ТТК-28н	Запеканка картофельная с мясом "Школьная" с маслом	180/3	13.45	20.03	30.95	357.9
ТТК-356н	Компот "Флодово-ягодный" ассорти	200	0.01	0.01	16.66	66.73
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		21.13	29.71	95.42	733.51
Уплотненный полдник						
ТТК 101н	Биточки "Любимые"	75	10.38	12.2	10.74	194.31
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	4.03	3.8	21.1	134.75
ТТК-257н	Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов	200	0.5	0.02	19.43	79.92
ТТК-235н	Блинчики с вареным стуцен.молоком	63	4.2	9.52	21	186.46
	Хлеб "Рябиношка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		21.39	25.81	87.18	666.63
	Итого за день		54.89	70.19	222.81	1742.45
	В среднем за 10 дней		48.60	54.00	234.90	1620.00

Примечание: при составлении меню использованы

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".
 - Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общ. питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Г. Лапшиной, 2004 г. Москва.
 - Сборник технологических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Издательство Дели принт, Москва, 2010.
 - Технико-технологические карты, разработанные ООО "Школьное питание".
 - Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3-7 лет в пищевых веществах и энергии, согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".
 - С 1 марта блюда из овошей урожая прошлого года заменяются на другие блюда, в которых овощи проходят термическую обработку.
 - Меню допускается корректировать с учетом климато-географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ (согласно п.8.1.5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
- *- допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1

Нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии (завтрак, 2 завтрак, обед, уплотненный полдник)	3-7 лет
Белки, гр	48,6
Жиры, гр	54,0
Углеводы, гр	234,9
Энергетическая ценность, ккал	1620,0

Исп. Мартынова Г.Н.
53-72-48