

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"



Р.И. Мустафин



Примерное двухнедельное меню трехразового горячего питания обучающихся общеобразовательной специальной (коррекционной) школы № 88 на 2026 год

№ рецептуры, ТТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г. *		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал			
		Младшие	Старшие	Белки		Жиры		Углеводы		Младшие	Старшие		
				Младшие	Старшие	Младшие	Старшие	Младшие	Старшие				
1 день													
Завтрак													
ТТК-495н	Десерт фруктовый "Яблоко"	150	100	0.6	0.4	0.6	0.4	13.5	9	61.8	41.2		
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	30/5/10	5.25	5.25	6.64	6.64	14.98	14.98	140.7	140.7		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/5	200/5	6.19	6.19	6.57	6.57	32.99	32.99	215.91	215.91		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	200	3.02	3.02	5.22	5.22	15.9	15.9	122.65	122.65		
	Итого			15.06	14.86	19.03	18.83	77.37	72.87	541.06	520.46		
Обед													
ТТК357н	Салат "Капуста квашеная"	75	100	1.32	1.76	3.76	5.02	6.38	8.51	64.66	86.22		
138/96	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	250/15	250/15	11.8	11.8	7.48	7.48	19.98	19.98	194.42	194.42		
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	200/5	16.7	16.7	31.37	31.37	35.22	35.22	490.05	490.05		
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	200	0.01	0.01	0.01	0.01	16.66	16.66	66.73	66.73		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	1/30	2.28	2.28	0.27	0.27	14.91	14.91	71.19	71.19		
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	1/36.25	2.03	2.03	0.4	0.4	15.7	15.7	74.49	74.49		
	Итого			34.14	34.58	43.29	44.55	108.85	110.98	961.54	983.10		
Полдник													
707/04	Сок фруктовый разливной	200	200	0.1	0.1	0.00	0.00	20.2	20.2	81.2	81.2		
	Кекс для детского питания	28	28	1.68	1.68	6.16	6.16	15.68	15.68	124.88	124.88		
	Итого			1.8	1.8	6.2	6.2	35.9	35.9	206.1	206.1		
	Итого за день			51.0	51.2	68.5	69.5	222.1	219.7	1708.7	1709.6		
2 день													
Завтрак													
ТТК-495н	Десерт фруктовый "Банан"	200	100	3	1.5	0.00	0.00	42	21	180	90		
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	30/10	2.32	2.32	8.12	8.12	15.56	15.56	144.6	144.6		
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/3	200/3	19.26	19.26	26.45	26.45	2.91	2.91	326.71	326.71		
686/04	Чай с лимоном	200/7	200/7	0.27	0.27	0.06	0.06	15.28	15.28	62.73	62.73		
	Итого			24.85	23.35	34.63	34.63	75.75	54.75	714.04	624.04		
Обед													
ТТК-390	Салат "Веснушка "	75	100	1.89	2.53	7.56	10.08	7.35	9.8	104.99	139.99		
110/2004	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	250/25/5	250/25/5	8.18	8.18	9.15	9.15	14.56	14.56	173.28	173.28		
ТТК-85н	Биточки "Рябушка" с овощами (кукуруза замор.)	75/15	75/25	11.06	10.56	16.52	16.52	15.96	13.2	256.71	243.68		
510/04	Каша гречневая вязкая	150	180	4.65	5.57	4.75	5.7	24.86	29.83	160.8	192.97		
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	200	0.5	0.5	0.02	0.02	19.43	19.43	79.92	79.92		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	1/30	2.28	2.28	0.27	0.27	14.91	14.91	71.19	71.19		
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	1/36.25	2.03	2.03	0.4	0.4	15.7	15.7	74.49	74.49		
	Итого			30.59	31.65	38.67	42.14	112.77	117.43	921.38	975.52		
Полдник													
697/04	Молоко кипяченое	200	200	6.12	6.12	5.28	5.28	10.13	10.13	112.46	112.46		
769/04	Булочка домашняя	50	50	3.59	3.59	6.81	6.81	30.8	30.8	198.91	198.91		
	Итого			9.7	9.7	12.1	12.1	40.9	40.9	311.4	311.4		

Итого за день				65,2	64,7	85,4	88,9	229,5	213,1	1946,8	1910,9
3 день											
Завтрак											
3/04	Бутерброд с маслом с сыром										
337/04	Яйцо вареное	30/10/20,	5,32	8,28	10,35	13,06	15,05	15,05	15,05	174,68	210,88
160/04	Суп молочный с макаронными изделиями	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	0,00	0,00	0,00	67,44	67,44
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	250	5,73	5,73	4,8	4,8	22,82	22,82	22,82	157,35	157,35
		200	3,39	3,39	2,8	2,8	16,98	16,98	16,98	106,66	106,66
Итого			19,96	22,92	22,99	25,70	54,85	54,85	54,85	506,13	542,33
Обед											
ТТК № 130	Салат "Метелка" ¹¹	75	1,38	1,84	7,58	10,1	5,15	5,15	6,87	94,32	125,75
134/04	Суп крестьянский с крупой с мякотью птицы со сметаной	250/15/5	7,7	7,7	8,62	8,62	8,52	8,52	8,52	142,41	142,41
ТТК №523	Горбуша тушеная с овощами	50/50	12,74	12,74	7,47	7,47	4,65	4,65	4,65	136,77	136,77
520/04	Пюре картофельное	150	3,31	3,97	4,91	5,89	22,12	22,12	26,55	145,93	175,11
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	0,18	0,18	28,04	28,04	28,04	114,51	114,51
	Хлеб "Рябиனுшка"	1/30	2,28	2,28	0,27	0,27	14,91	14,91	14,91	71,19	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	2,03	0,4	0,4	15,7	15,7	15,7	74,49	74,49
Итого			29,62	30,74	29,43	32,93	99,09	99,09	105,24	779,62	840,23
Полдник											
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	0,1	0,1	0,00	0,00	21,48	21,48	21,48	86,3	86,3
	Вафли	20	1,9	1,9	4,5	4,5	14,1	14,1	14,1	104,5	104,5
Итого			2,00	2,00	4,50	4,50	35,58	35,58	35,58	190,80	190,80
Итого за день			51,58	55,66	56,92	63,13	189,52	189,52	195,67	1476,55	1573,36
4 день											
Завтрак											
ТТК-495н	Десерт фруктовый "Яблоко"	150	0,6	0,44	0,6	0,44	13,5	13,5	9,9	61,8	45,32
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	2,32	2,32	8,12	8,12	15,56	15,56	15,56	144,6	144,6
ТТК341к	Запеканка из творога "Сладкоежка" со стущен.молоком	150/30	30,56	32	15,23	16,93	55,42	55,42	66,52	480,96	546,42
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,2	0,2	0,05	0,05	5,06	5,06	5,06	21,5	21,5
Итого			33,7	35,0	24,0	25,5	89,5	89,5	97,0	708,9	757,8
Обед											
62/11	Салат из моркови с сахаром ¹	75	0,94	1,25	0,07	0,1	8,71	8,71	11,61	39,23	52,31
135/04	Суп из овощей с мясными фрикадельками "Останкинскими" со сметаной	250/25/5	8,4	8,4	9,26	9,26	12,96	12,96	12,96	168,8	168,8
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	27,35	27,35	11,69	11,69	40,01	40,01	40,01	374,68	374,68
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	0,12	0,12	0,04	0,04	16,55	16,55	16,55	67,06	67,06
	Хлеб "Рябиனுшка"	1/30	2,28	2,28	0,27	0,27	14,91	14,91	14,91	71,19	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	2,03	0,4	0,4	15,7	15,7	15,7	74,49	74,49
Итого			41,12	41,43	21,73	21,76	108,84	108,84	111,74	795,45	808,53
Полдник											
	Йогурт с печеньем сахарным										
	Итого	200/36,	5,4	5,4	11,45	11,45	34,56	34,56	34,56	262,87	262,87
Итого за день			5,40	5,40	11,45	11,45	34,56	34,56	34,56	262,87	262,87
5 день											
Завтрак											
ТТК-495н	Десерт фруктовый "Апельсин"	150	1,35	0,9	0,00	0,00	12,6	12,6	8,4	55,8	37,2
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	2,27	2,27	4,49	4,49	21,35	21,35	21,35	134,93	134,93
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/5	6,29	6,29	6,62	6,62	39,86	39,86	39,86	244,22	244,22
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1,65	1,65	1,3	1,3	7,46	7,46	7,46	48,15	48,15
Итого			11,56	11,11	12,41	12,41	81,27	81,27	77,07	483,10	464,50
Обед											
13/10	Салат из свежих огурцов ¹	75	3,87	5,16	4,57	6,09	1,82	1,82	2,42	63,88	85,17
148/2004	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	250/15	8,54	8,54	7,7	7,7	13,56	13,56	13,56	157,67	157,67
ТТК200н	Зразы "Любимые" с сыром с овощами (зеленый горошек)	75/15	10,7	11,37	18,28	18,33	8,19	8,19	10,13	240,03	250,99
№541/04	Рагу овощное	150	2,9	3,49	6,62	7,95	15,94	15,94	19,13	134,98	161,97
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	0,51	0,51	0,08	0,08	19,38	19,38	19,38	80,23	80,23

	Хлеб "Рябинушка"	1/30	1/30	2,28	2,28	2,28	2,28	0,27	0,27	0,27	14,91	14,91	14,91	14,91	71,19	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	2,03	2,03	0,4	0,4	0,4	15,7	15,7	15,7	15,7	74,49	74,49
	Итого			30,83	30,83	33,38	37,92	40,82			89,50	89,50	95,23	822,47	881,71	
	Полдник															
707/04	Сок фруктовый разливной с пряником	200/30.	200/30.	2,65	2,65	2,65	2,65	1,21	1,21	1,21	41,08	41,08	41,08	185,84	185,84	
	Итого			2,65	2,65	2,65	2,65	1,21	1,21	1,21	41,08	41,08	41,08	185,84	185,84	
	Итого за день			45,04	47,14	51,54	54,44				211,85	213,38	213,38	1491,41	1532,05	
	6 день															
	Завтрак															
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	105	0,6	0,6	0,42	0,42	0,6	0,6	0,42	13,5	13,5	9,45	61,8	43,26	
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	30/10	2,32	2,32	2,32	2,32	8,12	8,12	8,12	15,56	15,56	15,56	144,6	144,6	
ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	200/5	200/5	7,17	7,17	7,17	7,17	7,04	7,04	7,04	43,24	43,24	43,24	264,97	264,97	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	200	3,02	3,02	3,02	3,02	5,22	5,22	5,22	15,9	15,9	15,9	122,65	122,65	
	Итого			13,11	12,93	20,98	20,80				88,20	84,15	84,15	594,02	575,48	
	Обед															
20/2010	Салат из белокочанной капусты ¹	75	100	1,16	1,16	1,55	1,55	3,81	3,81	5,08	7,04	7,04	9,39	67,13	89,51	
ТТК 51н	Уха "Рыбацкая"	250/25	250/25	8,29	8,29	8,29	8,29	4,84	4,84	4,84	17,39	17,39	17,39	146,31	146,31	
ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	5,35	5,35	5,35	5,35	14,3	14,3	14,3	8,75	8,75	8,75	185,09	185,09	
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	180	16,96	20,35	20,35	20,35	4,98	4,98	5,98	37,41	44,89	44,89	262,32	314,78	
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	200	0,5	0,5	0,5	0,5	0,02	0,02	0,02	19,43	19,43	19,43	79,92	79,92	
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	1/30	2,28	2,28	2,28	2,28	0,27	0,27	0,27	14,91	14,91	14,91	71,19	71,19	
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	2,03	2,03	0,4	0,4	0,4	15,7	15,7	15,7	74,49	74,49	
	Итого			36,57	40,35	28,62	30,89				120,63	130,46	130,46	886,45	961,29	
	Полдник															
697/04	Молоко кипяченое	200	200	6,12	6,12	6,12	6,12	5,28	5,28	5,28	10,13	10,13	10,13	112,46	112,46	
770/04.	Булочка дорожная	50	50	3,36	3,36	3,36	3,36	7,5	7,5	7,5	28,82	28,82	28,82	196,23	196,23	
	Итого			9,48	9,48	12,78	12,78				38,95	38,95	38,95	308,69	308,69	
	Итого за день			59,16	62,76	62,38	64,47				247,78	253,56	1789,16	1845,46		
	7 день															
	Завтрак															
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	105	0,99	0,99	0,95	0,95	0,00	0,00	0,00	9,24	9,24	8,82	40,92	39,06	
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	30/5/10	5,25	5,25	5,25	5,25	6,64	6,64	6,64	14,98	14,98	14,98	140,7	140,7	
362/04	Пудинг из творога запеченный с повидлом	150/30	150/50	30,56	32	32	32	15,23	16,93	16,93	55,42	66,52	66,52	480,96	546,42	
ТТК-475	Чай полусладкий	200	200	0,2	0,2	0,2	0,2	0,05	0,05	0,05	5,06	5,06	5,06	21,5	21,5	
	Итого			37,0	38,4	21,9	23,6				84,7	95,4	684,1	747,7		
	Обед															
612/04	Маринад овощной с томатом ¹	75	100	0,96	0,96	1,28	1,28	7,56	10,08	9,08	6,75	6,75	9	98,87	131,83	
110/96	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками	250/25/5	250/25/5	7,97	7,97	7,97	7,97	9,08	9,08	9,08	13,85	13,85	13,85	169,03	169,03	
	"Останкинские" со сметаной															
ТТК247к	Гречка с говядиной "Батыр"	50/150	50/150	24,16	24,16	24,16	24,16	11,22	11,22	11,22	47,68	47,68	47,68	388,35	388,35	
ТТК № 258н	Напиток "Плодово-ягодный" из изюма	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,66	20,66	20,66	82,64	82,64	
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	1/30	2,28	2,28	2,28	2,28	0,27	0,27	0,27	14,91	14,91	14,91	71,19	71,19	
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	2,03	2,03	0,4	0,4	0,4	15,7	15,7	15,7	74,49	74,49	
	Итого			37,40	37,72	28,53	31,05				119,55	121,80	884,57	917,53		
	Полдник															
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий с печеньем	200/36	200/36	5,5	5,5	5,5	5,5	11,45	11,45	11,45	56,04	56,04	56,04	349,18	349,18	
	Итого			5,50	5,50	11,45	11,45				56,04	56,04	56,04	349,18	349,18	
	Итого за день			79,90	81,62	61,90	66,12				273,22	273,22	1917,83	2014,39		
	8 день															
	Завтрак															
ТТК-495н	Десерт фруктовый Банан	200	100	3	3	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	42	42	21	180	90	
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	30/10	2,32	2,32	2,32	2,32	8,12	8,12	8,12	15,56	15,56	15,56	144,6	144,6	
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/3	200/3	19,26	19,26	19,26	19,26	26,45	26,45	26,45	2,91	2,91	2,91	326,71	326,71	
686/04	Чай с лимоном	200/7	200/7	0,27	0,27	0,27	0,27	0,06	0,06	0,06	15,28	15,28	15,28	62,73	62,73	
	Итого			24,85	23,35	34,63	34,63				75,75	54,75	714,04	624,04		

52/11 124/04	Обед	Салат из свежесырых овощей ¹ Щи из свежей капусты с картошкой и мякотью птицы со сметаной	75 250/15/5	100 250/15/5	1,45 7,82	1,94 7,82	4,59 7,88	6,12 7,88	8,53 9,15	11,37 9,15	81,25 138,76	108,34 138,76
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морская" с овощами (фасоль стручковая)	75/15	75/25	14,33	14,84	7,37	7,37	7,37	7,1	7,64	152,01	156,23
ТТК-11н	Картофель "По-деревенски"	150	180	4,38	5,26	12,11	12,11	14,54	35,7	42,84	269,34	323,21
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	200	0,51	0,51	0,08	0,08	0,08	19,38	19,38	80,23	80,23
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	1/30	2,28	2,28	0,27	0,27	0,27	14,91	14,91	71,19	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,4	0,4	0,4	15,7	15,7	74,49	74,49
	Итого			32,80	34,68	32,70	32,70	36,66	110,47	120,99	867,27	952,45
	Полдник											
	Йогурт	200	200	7	7	6,4	6,4	6,4	7	7	113,6	113,6
	Кефир для детского питания	28	28	1,68	1,68	6,16	6,16	6,16	15,68	15,68	124,88	124,88
	Итого			8,68	8,68	12,56	12,56	12,56	22,68	22,68	238,48	238,48
	Итого за день			66,33	66,71	79,89	79,89	83,85	208,90	198,42	1819,79	1814,97
	9 день											
	Завтрак											
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	105	0,6	0,42	0,6	0,6	0,42	13,5	9,45	61,8	43,26
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	30/10	2,32	2,32	8,12	8,12	8,12	15,56	15,56	144,6	144,6
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	200/5	6,78	6,78	8	8	8	27,99	27,99	211,12	211,12
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	200	1,65	1,65	1,3	1,3	1,3	7,46	7,46	48,15	48,15
	Итого			11,35	11,17	18,02	18,02	17,84	64,51	60,46	465,67	447,13
	Обед											
ТТК-359н	Винегрет из овощей ¹	75	100	1,83	2,43	5,32	5,32	7,09	5,5	7,33	77,18	102,9
ТТК-425	Суп "Грибное зернышко" с мясными фрикадельками "Останкинскими"	250/25	250/25	7,88	7,88	8,32	8,32	8,32	20,77	20,77	189,48	189,48
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	50/50	23,62	23,62	4,59	4,59	4,59	3,68	3,68	150,56	150,56
516/04	Макаронные изделия отварные	150	180	5,36	6,43	4,37	4,37	5,24	36,54	43,85	206,89	248,26
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	200	0,12	0,12	0,04	0,04	0,04	16,55	16,55	67,06	67,06
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	1/30	2,28	2,28	0,27	0,27	0,27	14,91	14,91	71,19	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,4	0,4	0,4	15,7	15,7	74,49	74,49
	Итого			43,12	44,79	23,31	23,31	25,95	113,65	122,79	836,85	903,94
	Полдник											
707/04	Сок фруктовый разливной	200	200	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	20,2	20,2	81,2	81,2
	Вафли	20	20	1,9	1,9	4,5	4,5	4,5	14,1	14,1	104,5	104,5
	Итого			2,00	2,00	4,50	4,50	4,50	34,30	34,30	185,70	185,70
	Итого за день			56,47	57,96	45,83	45,83	48,29	212,46	217,55	1488,22	1536,77
	10 день											
	Завтрак											
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	5,04	0,00	0,00	67,44	67,44
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/10/10	30/10/20	5,32	8,28	10,35	10,35	13,06	15,05	15,05	174,68	210,88
161/04	Суп молочный с рисом	250	250	4,7	4,7	4,73	4,73	4,73	19,67	19,67	139,99	139,99
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	200	3,39	3,39	2,8	2,8	2,8	16,98	16,98	106,66	106,66
	Итого			18,93	21,89	22,92	22,92	25,63	51,70	51,70	488,77	524,97
	Обед											
ТТК № 473 132/04	Салат "Зайка" ¹	75	100	1,22	1,62	3,86	3,86	5,15	8,19	10,92	72,41	96,54
ТТК 28Н	Рассольник Ленинградский с мякотью птицы со сметаной	250/15/5	250/15/5	9,03	9,03	7,87	7,87	7,87	13,58	13,58	161,28	161,28
ТТК-356н	Запеканка картофельная с мясом "Школьная" с маслом	200/3	200/3	14,9	14,9	21,94	21,94	21,94	34,4	34,4	394,66	394,66
	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	200	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	16,66	16,66	66,73	66,73
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	1/30	2,28	2,28	0,27	0,27	0,27	14,91	14,91	71,19	71,19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,4	0,4	0,4	15,7	15,7	74,49	74,49
	Итого			29,47	29,87	34,35	34,35	35,64	103,44	106,17	840,76	864,89
	Полдник											
697/04	Молоко кипяченое	200	200	6,12	6,12	5,28	5,28	5,28	10,13	10,13	112,46	112,46
ТТК-235н	Блинчики с вареным стуженным молоком	63	63	4,2	4,2	9,52	9,52	9,52	21	21	186,46	186,46

