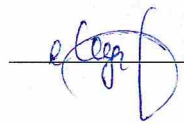


УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"



Р.И. Мусина



Примерное двухнедельное меню

горячего питания для воспитанников общеобразовательной

специальной (коррекционной) школы № 88 на 2026 год.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

ГБОУ "Набережночелнинской школы

№88 для детей с ограниченными

возможностями здоровья

И.И. Гарифуллина



№ 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
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	6.17	5.12	32.97	202.66
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	2.72	4.7	14.31	110.39
	Итого		10.36	11.24	47.28	331.69
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
Обел						
ТТК357н	Салат "Капуста квашеная" ¹	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
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	180/5	15.03	28.6	31.7	444.36
ТТК-503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	0.01	0.01	16.66	66.73
	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		30.79	38.79	99.11	868.68
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		69.34	71.76	242.34	1892.52
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
Обел						
ТТК-390	Салат "Веснушка" ¹	50	1.26	5.04	4.9	69.99
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 "Фруктово-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		22.42	30.17	101.12	765.59
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 "Фруктово-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		63.25	77.74	196.95	1740.36
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
Обел						
ТТК № 130	Салат "Метелка" ¹	50	0.92	5.05	3.43	62.88
134/2004г	Суп крестьянский с крупой с фрикадельками мясными "Останкинскими" со сметаной	200/25/5	7,94	10,54	9,39	164,17

ТТК 491Н	Палочки рыбо-крупные 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 "Фруктово-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		26.96	28.54	106.38	790.22
Уплотненный полльник						
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Апельсин	100	0.9	0.00	8.4	37.2
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-268Н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
ТТК-814	Булочка домашняя	30	2.16	4.1	18.48	119.46
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		16.60	19.91	83.97	581.50
	Итого за день		52.75	56.23	242.82	1688.31
4 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	7.99	5.33	37.51	230.02
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0.2	0.05	5.06	21.5
	Итого		8.2	9.0	42.6	284.6
Второй завтрак						
	Йогурт	180	6.3	5.76	6.3	102.24
	Итого		6.30	5.76	6.30	102.24
Обед						
62/11	Салат из моркови с сахаром ¹	50	0.62	0.05	5.81	26.16
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 "Фруктово-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		34.28	16.33	102.86	695.54
Уплотненный полльник						
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	115	0.46	0.46	10.35	47.38
ТТК341к	Запеканка из творога "Сладкоежка" со сгущенным молоком	150/30	30,56	15,23	55,42	480,96
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		33.44	15.98	105.11	697.98
	Итого за день		82.26	47.07	256.91	1780.38
5 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	6.27	5.17	39.83	230.98
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1.65	1.3	7.46	48.15
	Итого		9.39	7.89	47.29	297.77
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						
13/10	Салат из свежих огурцов ¹	50	2.58	3.05	1.21	42.58
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	8	7.18	10.85	140.01
ТТК200Н	Зразы "Любимые" с сыром	75	9.68	18.2	5.28	223.59
№541/04	Рагу овощное	130	2.52	5.74	13.81	116.98
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-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		27.60	34.92	81.14	749.07
Уплотненный полльник						
ТТК396	Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	9.78	8.56	11.73	163.1
ТТК-2Н	Кукуруза консервированная порциями	30	0.00	0.00	0.00	0.00
510/04	Каша ячневая вязкая	130	2.84	3.66	18.29	117.47
ТТК-503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	0.01	0.01	16.66	66.73
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		18.27	19.87	90.41	613.55
	Итого за день		56.16	62.68	237.02	1736.71
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 белокачанной капусты ¹	50	0.78	2.54	4.69	44.75
ТТК51Н	Уха "Рыбацкая"	200/25	6.78	3.96	14.23	119.71

ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	5.13	13.42	7.41	170.93
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	14.7	4.32	32.42	227.34
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		32.20	24.93	108.79	788.33
Уплотненный поллник						
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 "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06
ТТК-503н	Булочка "Детская"	50	4.55	3.67	29.89	170.85
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		33.23	13.76	91.83	624.20
	Итого за день		80.86	57.35	267.33	1908.97
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
Обел						
612/04	Маринад овощной с томатом ¹	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-247к	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	21.68	9.97	50.86	379.86
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		28.39	19.48	118.07	761.05
Уплотненный поллник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	100	0.9	0.00	8.4	37.2
362/04	Пудинг из творога запеченный с повидлом	150/30	26.53	10.59	54.63	419.93
ТТК-950	Напиток "Лимонный" с печеньем	200/18	2.43	4.85	39.37	210.88
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		31.24	15.71	108.91	702.00
	Итого за день		68.94	42.67	288.84	1815.08
8 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 лимоном	200/7	0.27	0.06	15.28	62.73
	Итого		17.64	26.67	17.95	382.45
Второй завтрак						
	Иогурт	180	6.3	5.76	6.3	102.24
	Итого		6.30	5.76	6.30	102.24
Обел						
ТТК-62	Салат из отварной свеклы ¹	50	0.97	3.06	5.68	54.17
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1.63	3.81	7.42	70.49
ТТК734к	Котлеты рыбные "Морская"	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 "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		24.78	25.49	100.31	729.68
Уплотненный поллник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Банан	100	1.5	0.00	21	90
ТТК739к	Биточки "Татарские"	75	0.00	5	0.00	44.96
510/04	Каша перловая вязкая	130	2.64	3.61	20.66	125.69
ТТК-271н	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	0.18	0.18	19.06	78.58
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		6.60	9.06	75.63	410.42
	Итого за день		55.32	66.98	200.19	1624.79
9 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
ТТК-360н	Каша молочная мультислаковая (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
Обел						
ТТК-359н	Винегрет из овощей ¹	50	1.02	3.55	4.14	52.61
ТТК-425	Суп "Гречишное зернышко" с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	8.44	8.32	16.86	176.1
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная 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 "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06
	Хлеб "Рябиночка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		42.15	20.95	103.51	771.31
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2
ТТК-404	Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	12.23	22.39	15.54	312.6
ТТК № 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
	Хлеб "Рябиночка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		14.91	23.06	60.11	507.63
	Итого за день		67.84	53.28	217.22	1619.92
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 № 473	Салат "Зайка" ¹	50	0.81	2.58	5.46	48.27
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 "Фруктово-ягодный" ассорти	200	0.01	0.01	16.66	66.73
	Хлеб "Рябиночка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		21.12	27.24	97.67	720.27
Уплотненный полдник						
ТТК 101н	Биточки "Любимые"	75	10.38	12.2	10.74	194.31
ТТК-81н	Огурец соленый порционный	30	1.6	0.00	0.38	7.9
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	4.03	3.8	21.1	134.75
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	0.5	0.02	19.43	79.92
ТТК-235н	Блинчики с вареным сгущенным молоком	63	4.2	9.52	21	186.46
	Хлеб "Рябиночка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		22.99	25.81	87.56	674.53
	Итого за день		56.48	67.72	225.44	1737.11
	В среднем за 10 дней		48,60	54,00	234,90	1620,00

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общ. питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т. Лапшиной, 2004 г. г. Москва.

3. Сборник технологических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Издательство Дели принт, Москва, 2010.

4. Техничко-технологические карты, разработанные ООО "Школьное питание".

5. 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".

6. 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

¹ С 1 марта блюда из овощей урожая прошлого года заменяются на другие блюда, в которых овощи проходят термическую обработку.

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. Фазулина Г.Н.
53-72-48

