



Согласовано:

директор

С.В. Давыдова

Приложение № 2

к договору № 4

от «20» января 2026 г.



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
/Кортоножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее двух разовое питание (ОВЗ)
для учащихся с 5 по 9 класс (12-16 лет),
для муниципальных общеобразовательных школ**

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г-275с

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А. САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2
Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПиН 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:
 директор *О.В. Иванова*
 «*Большевская СОШ*»
 директор *В.А. Давыдова*



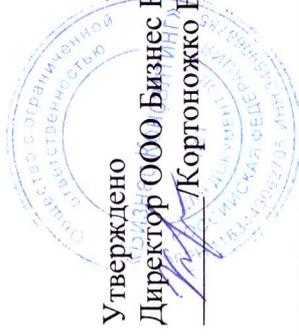
Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
Дни /неделя 1: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	220	6,55	9,74	37,5	264,55	181/2017м	23,95
Кондитерские изделия	50	3,91	4,08	24,85	151,76	399/2017м	28
Чай с сахаром	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	10
Итого за Завтрак	500	16,36	17,02	88,14	572,95		81,95
Обед							
Овощи по сезону нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	15
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022н	15
Биточки мясные	90	10,73	15,15	9,76	218,31	268/2017м	11,72
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	18
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	5
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	5
Итого за Обед	770	26	26	118	818		114,73
Всего за Понедельник	1270	42,31	43,36	205,69	1391,05		196,68



директор *В.В. Виткович*

А.А. Ямалева



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Е.Ю. Кортоножко

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет			
Завтрак							
Тефтели запеченные в соусе 90/30	120	14,02	10,20	11,61	194,36	15м/2022н	31,95
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	25
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,38	42,42	54-2гн/2022н	15
Хлеб пшеничный	40	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	10
Итого за завтрак	510	22,50	18,10	73,90	549,32		81,95
Обед							
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	5,1	5,78	18,5	146,42	54-7с/2022н	15
Печень тушеная в соусе	90	11,93	10,1	3,17	151,3	229/2017м	49,73
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	5
Итого за Обед	770	29	25	109	774		114,73
Всего за Вторник	1280	53	37	183	1272		196,68



Согласовано

Директор МБОУ «Болдыревская ООШ»
А.А. Дамашева
 Директор МБОУ «Болдыревская ООШ»



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Коргоножко Е.Ю.
 Директор ООО Бизнес Консалтинг

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли		
						Б	Ж
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
День 3/неделя 1: Среда							
Завтрак							
Каша молочная пшеничная, жидкая с маслом и сахаром	200	8,16	6,96	38,52	249,72	182/2017м	21,95
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	30
Чай с сахаром	200	3,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	10
Итого за завтрак	540	15	11	80	491		81,95
Обед							
Суп гороховый	200	3,39	5,90	10,84	110,02	54-25с/2022н	21
Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22	288/2017м	53,73
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	10
Итого за Обед	730	27,09	20,75	98,90	690,73		114,73
Всего за Среду	1270	45	42	181	1280		196,68



Согласовано:

директор *А. А. Амишева*
 «Бизнес-информационный центр «Татарстан»»



Утверждено:

Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.		цена в рубли
				7-11 лет	7-11 лет	
			Б			Ж
День 4/неделя 1: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Завтрак						

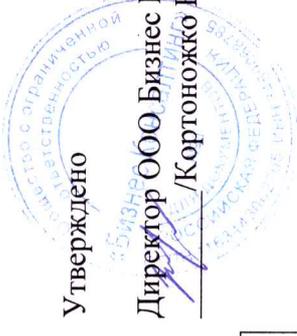
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	47/2017м	51,42	20
Гречка по-купечески с мясом	200	13,2	17,87	37,50	458/2002г	363,00	31,95
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	54-45гн/2022н	30,08	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	93,52	10
Итого за завтрак	500	17,54	21,35	69,07		538,02	81,95
Обед							
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,60	3,96	6,90	54-1с/2022н	74,00	18
Птица отварная	90	19,19	14,13	1,01	288/2017м	207,97	41,73
Горошница	150	8,87	3,73	33,80	54-21г/2022н	204,00	15
Компот из изюма	200	0,40	0,10	16,60	54-4хн/2022н	68,20	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	93,52	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	702/2010м	68,97	10
Итого за Обед	770	36,78	26,25	97,41		772,34	114,73
Всего за Четверг	1830	58,37	42,83	171,98		1309,88	196,68



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Коргоножко Е.Ю.

Согласовано: *С.С.М.*
 директор *С.С.М.*
С.С.М.

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.		цена рубли
				7-11 лет	7-11 лет	
			Б		Ж	
День 5/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Завтрак						
Овощи по сезону нарезка (огурец)	60		0,48	0,06	290/2017м	25
Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,20	291/2017м	26,95
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	54-3гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	10
Итого за завтрак	540	18,80	15,96	65,80	481,45	81,95
Итого за неделю в среднем завтрак	500	20	17	77	536	
Обед						
Обед						
Рассольник ленинградский	200	1,92	5,80	13,22	54-3с/2022н	25
Запеканка картофельная с мясом	200	21,13	17,26	25,54	54-13м/2022н	49,73
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	342/2017	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	702/2010м	10
Итого за Обед	730	28,72	24,01	102,88	738,53	114,73
Всего за Пятницу	1270	48	40	169	1220	196,68
Итого за неделю в среднем обед	1770	29,49	24,41	105,12	758,69	



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

Савицкий
 директор
 Н.А. Демичева

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.		цена рубли
				7-11 лет	7-11 лет	
				Б		Ж
				7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
День 1/неделя 2: Понедельник						
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	220	5,71	5,80	43,46	54-16к/2022н	34
Кондитерские изделия	50	3,91	4,88	17,85	399/2017м	17,95
Чай каркаде	200	3,8	2,9	11,3	54-23гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	701/2010м	10
Итого за завтрак	500	16,78	14,98	98,27		81,95
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	54-28с/2022н	25
Кнели куриные, с соусом сметанным с томатом	90	11,20	13,90	4,22	301/331/2017м	46,73
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	203/2017м	11
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	54-1хн/2022н	12
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	702/2010м	10
Итого за Обед	770	25,08	23,57	103,21		114,73
Всего за Понедельник	1270	42	39	201		196,68



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

Согласовано: *Л. В. Бабицкая*
 директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли		
						Б	Ж
	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	У	
День 2 /неделя 2: Вторник							
Завтрак							
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	12,7	9,2	8,8	168,8	229/2017м	28,95
Каша рисовая рассыпчатая	150	4,70	4,80	36,50	208,00	171/2017м	23
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	10
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	20
Итого за завтрак	500	21,64	17,10	79,82	559,44		81,95
Обед							
Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	54/2017м	23
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,58	2,17	9,69	68,60	101/2017м	28
Жаркое по домашнему	200	16,73	11,30	25,40	270,22	288/2017м	23,73
Компот из изюма	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4хн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	10
Итого за Обед	730	24,43	17,90	90,79	625,19		114,73
Всего за Вторник	1310	46,07	35,00	170,61	1184,63		196,68



Согласовано: *В.А.Р. Водарова О.М.*
 директор МБОУ «А.С.Семейка»
 ООШ



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевы е веществ а (г)	Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рец.		цена рубли
				7-11 лет	7-11 лет	
Б						
У						
День 3 /неделя 2: Среда						
Завтрак						
Каша молочная овсяная жидкая, с маслом и сахаром	230	7,09	10,65	40,09	182/2017м	21,95
Печенье	30	0,40	0,40	9,80	338/2017м	30
Чай с сахаром	200	3,6	3,6	12,6	54-21гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	10
Итого за завтрак	500	14,25	15,05	81,81		81,95
Обед						
Суп крестьянский с крупой	200	5,12	5,78	10,86	54-10с/2022н	18
Мясо тушеное	90	12,58	15,38	5,56	256/2017м	38,73
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	203/2017м	18
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	54-13хн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	702/2010м	10
Итого за Обед	770	29,74	27,19	104,66		114,73
Всего за Среду	1270	44	45	198		196,68



Согласовано
 Директор МБОУ «Болдыревская ООШ»
 Д.И. Данилова

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)		№ рец.	цена рубли
			7-11 лет	7-11 лет		
Б						
Ж						
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Завтрак						
Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,62	2,82	8,72	101/2004Л	14
Котлеты рубленые из кур	90	8,04	10,15	8,29	294/2017М	19,95
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	171/2017М	18
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	54-45гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	701/2010М	10
Итого за завтрак	530	21,71	21,93	90,29	649,25	81,95
Обед						
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	70/2017М	15
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	5,1	5,78	18,5	54-7с/2022н	15
Гуляш из отварного мяса	90	12,02	11,79	3,27	246/2017М	26,73
Горошница	150	8,87	3,73	33,80	54-21г/2022н	18
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	54-1хн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010М	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	702/2010М	10
Итого за Обед	770	32,00	22,09	111,61	773,98	114,73
Всего за Четверг	1300	53,71	44,02	201,90	1423,23	196,68



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

директор *Е.Ю. Кортоножко*

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)		№ рец.	цена рубли
			7-11 лет	7-11 лет		
		Б		Ж		
День 5 /неделя 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Завтрак						
Тефтели запеченные в соусе 90/20	110	14,02	10,2	11,61	15м/2022н	23,95
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	203/2017м	28
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	54-3гн/2022н	20
Хлеб пшеничный	40	2,1	0,3	14,49	701/2010м	10
Итого за завтрак	500	22	15	72		81,95
Итого за неделю в среднем завтрак	564	19,44	17,48	86,66		586,45
Обед						
Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	101/2004л	15
Суп гороховый	200	3,39	3,60	10,84	54-25с/2022н	18
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	12,7	8,9	6,3	229/2017м	23,73
Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	128/2017м	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	342/2017	23
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	701/2010м	10
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	702/2010м	10
Итого за Обед	770	25,92	21,41	107,68		114,73
Всего за Пятницу	1334	45	39	194		196,68
Итого за неделю в среднем обед	762,00	27,43	22,43	103,59		728,54

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
<i>Среднее значение за завтрак</i>		19,60	17,01	81,75	561,18
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		25,45	21,53	24,40	23,88
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5
<i>Среднее значение за обед</i>		28,46	23,42	104,36	743,61
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		36,96	29,65	31,15	31,64
<i>Среднее значение за день</i>		48,06	40,43	186,10	1304,79
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		62,41	51,17	55,55	55,52
<i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020</i>		77,00	79,00	335,00	2350,00
Распределение ЭЦ				Норма	
	Завтрак	23,88		20-25%	
	Обед		31,64	30-35%	

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.