



«Согласовано»  
Директор ООО «Славия»  
«Славия»  
«СШ»  
Раковская СШ"  
Ловыёва Н.С.  
12.01.2026



«Утверждаю»  
Директор ООО «Славия»  
Ю.М. Оприенко  
12.01.2026

**Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (2-й дополнительный прием пищи) детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов возрастной группы 12-18 лет**

**1 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Борщ с капустой и картофелем ТК №54-2С	250	5,90	6,20	12,70	138,00	ТК № 54-2С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,42</b>	<b>6,6</b>	<b>52,38</b>	<b>309,9</b>		

**2 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями ТК №54-7С	250	6,40	3,50	2,30	149,50	ТК №54-7С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,72</b>	<b>3,90</b>	<b>36,58</b>	<b>295,10</b>		

**3 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества	Энергетическая	№ рецептуры	Сборник
--------------------------------	-------	------------------	----------------	-------------	---------



	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ценность, ккал		рецептур
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп гороховый ТК № 54-8с	250	8,35	5,75	20,30	166,40	ТК №54-8С	2022
Чай с сахаром каркаде ТК № 376 а	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТК № 376 а	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>11,65</b>	<b>6,15</b>	<b>54,58</b>	<b>312</b>		

#### 4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	250	5,80	7,00	7,15	115,20	ТК №54-1С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,32</b>	<b>7,4</b>	<b>46,83</b>	<b>287,1</b>		

#### 5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Рассольник Ленинградский ТК № 54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00	ТК №54-3С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	



<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,22</b>	<b>7,6</b>	<b>51,3</b>	<b>302,6</b>		
-----------------------------	------------	-------------	------------	-------------	--------------	--	--

#### 6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп гороховый ТК № 54-8с	250	8,35	5,75	20,30	166,40	ТК №54-8С	2022
Чай с сахаром каркаде ТК № 376 а	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТК № 376 а	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>11,65</b>	<b>6,15</b>	<b>54,58</b>	<b>312</b>		

#### 7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	250	5,80	7,00	7,15	115,20	ТК №54-1С	2022
Чай с сахаром и лимоном ТК № 377	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТК №377	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,22</b>	<b>7,40</b>	<b>41,63</b>	<b>262,80</b>		

#### 8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Борщ с капустой и картофелем ТК	250	5,90	6,20	12,70	138,00	ТК № 54-2С	2022



№54-2С							
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,42</b>	<b>6,60</b>	<b>52,38</b>	<b>309,90</b>		

#### 9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями ТК №54-7С	250	6,40	3,50	2,30	149,50	ТК №54-7С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,72</b>	<b>3,90</b>	<b>36,58</b>	<b>295,10</b>		

#### 10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Рассольник Ленинградский ТК № 54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00	ТК №54-3С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,42</b>	<b>7,6</b>	<b>56,7</b>	<b>328,9</b>		

**ИТОГО ПО МЕНЮ:**



<b>Итого:</b>		<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>уг</b>	<b>ккал</b>
<b>Итого за период:</b>		<b>98,76</b>	<b>63,30</b>	<b>483,54</b>	<b>3 015,40</b>
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>9,876</b>	<b>6,33</b>	<b>48,354</b>	<b>301,54</b>
<b>Соотношение пищевых веществ:</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

