Согласовано:

и.о. директора

"01" 11 2026 г.

Приложение № 2.2 к
контракту № 12 от
31.08.2026г

Утверждаю: Директор ООО "Гостиный двор"

Савина О.А.

"01" 11 2026 г.

Примерное цикличное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Возрастная группа 7-11 лет, 12 лет и старше

Возрастная группа 7-11 лет, 12 лет и старше Рацион: школы	**Неделя 1- я**								**День: Понедельник**
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	Гор.блюдо	ТТК 231	Каша манная молочная жидкая с изюмом	200		217,03	6,8	7,8	35,06
	Закуска	ТТК 65	Бутерброд с маслом (батон) и сыром	40/10/15		146	6,6	8,2	8,2
	Фрукты	ТТК 82	Фрукты свежие в ассортименте (яблоко)	150		47	0,4	0,4	9,8
	Гор.напиток	ТТК 457	Чай с сахаром	200		60	0,13	0,0	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				665	127,66	575,53	15,77	16	82,75
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 12 лет и старше	Гор.блюдо	ТТК 231	Каша манная молочная жидкая с изюмом	250		271,28	8,5	9,75	43,82
	Закуска	ТТК 65	Бутерброд с маслом (батон) и сыром	60/20/20		216	8,5	10,2	12,3
	Фрукты	ТТК 82	Фрукты свежие в ассортименте (яблоко)	150		47	0,4	0,4	9,8
	Гор.напиток	ТТК 457	Чай с сахаром	200		60	0,13	0,0	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше				750	127,66	699,78	19,37	19,95	95,61
Полдник 7-11 лет	Горячие блюдо	ТТК 128	Суп лапша по-домашнему	200		71,4	2	3,08	8,9
	Хлеб	ТТК573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 7-11 лет				400	22,34	236,9	4,37	3,48	38,59
Полдник 12 лет и старше	Горячие блюдо	ТТК 128	Суп лапша по-домашнему	250		89,25	2,5	3,85	11,12

	Хлеб	ТТК573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 12 лет и старше				500	22,34	254,75	4,87	4,25	40,81

Неделя 1-я **День: Вторник**

Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 1	Гречка по – купечески из отварной птицы	250		275	13,6	14,5	32,01
	Закуска	ТТК 149	Овощи по сезону (помидор соленый или помидор свежий)	60		8,0	0,6	0,0	1,4
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				560	127,66	165,5	2,37	14,5	63,1
Прием пищи	**Раздел**	**№ рецептур**	**Блюдо**	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 12 лет и старше	**Гор.блюдо**	**ТТК 1**	Гречка по – купечески из отварной птицы	300		330	16,32	17,4	39,66
	Закуска	**ТТК 149**	Овощи по сезону (помидор соленый или помидор свежий)	100		13,3	1	0,0	2,33
	Гор.напиток	**ТТК 377**	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше				650	127,66	508,8	19,69	17,4	71,68
Полдник 7-11 лет	напиток	ТТК 501	Сок яблочный	200		86	1	0,2	20,2
	Десерт	ТТК 523	Блин фруктовый	70		214,5	6,3	9,8	25,3
Итого за полдник 7-11 лет				270	22,34	86	7,3	10	45,5
Полдник 12 лет и старше	напиток	ТТК 501	Сок яблочный	200		86	1	0,2	20,2
	Десерт	ТТК 523	Блин фруктовый	70		214,5	6,3	9,8	25,3
Итого за полдник 12 лет и старше				270	22,34	86	7,3	10	45,5

Неделя 1-я **День: Среда**

Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 375	Плов из отварной птицы	250		321,5	9,6	13	36,66
	Закуска	ТТК 149	Овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий)	60		8,0	0,6	0,0	1,4
	Гор.напиток	ТТК 462	Какао с молоком	200		94	4,07	3,54	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				560	127,66	199,5	16,04	16,54	67,75
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы

...лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 375	Плов из отварной птицы	300		385,8	9,6	13,8	39,7
	Закуска	ТТК 149	Овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий)	100		13,3	1	0,0	2,33
	Гор.напиток	ТТК 462	Какао с молоком	200		94	4,07	3,54	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше				650	127,66	598,6	17,04	17,34	71,72
Полдник 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 125	Суп картофельный с крупой и томатом	200		65,6	2,25	2,82	7,84
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 7-11 лет				450	22,34	231,1	4,75	2,82	37,53
Полдник 12 лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 125	Суп картофельный с крупой и томатом	250		82	2,81	3,52	9,8
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 12 лет и старше				500	22,34	247,5	5,31	3,52	39,49

Неделя 1-я **День: Четверг**

Прием пищи	**Раздел**	**№ рецептур**	**Блюдо**	**Выход, г**	**Цена**	**Калорийность**	**белки**	**жиры**	**углеводы**
Завтрак 7-11 лет	**Горячее блюдо**	ТТК 307	Блюдо из рыбы (рыба, тушеная в томате с овощами)	100/50		232,3	10,5	10,7	9,5
	Гарнир	ТТК 203	Макаронные изделия отварные с маслом	150		117,25	3,7	5,7	28,2
	Закуска	ТТК 148	Овощи свежие (порция) морковь, огурец, помидор, капуста белокачаная	60		10	0,6	0,1	11,7
	Гор.напиток	ТТК 376	Чай зеленый с сахаром и лимоном	200		50	0,6	0,1	11,5
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				610	127,66	515,05	17,17	16,5	75,39
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 12 лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 307	Блюдо из рыбы (рыба, тушеная в томате с овощами)	100/50		232,3	10,5	10,7	9,5
	Гарнир	ТТК 203	Макаронные изделия отварные с маслом	200		156,34	4,19	6,2	32
	Гор.напиток	ТТК 376	Чай зеленый с сахаром и лимоном	200		50	0,6	0,1	11,5
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше				600	127,66	544,14	17,06	16,9	67,49
Полдник 7-11 лет	Десерт	ТТК 155	Блюдо из творога (сырник) со сгущеным молоком	70/10		217,08	10,1	12,1	27,36
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай фруктовый с сахаром	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 7-11 лет				280	22,34	277,08	10,1	12,1	42,56
Полдник 12 лет и старше	Десерт	ТТК 155	Блюдо из творога (сырник) со сгущеным молоком	70/10		217,08	10,1	12,1	27,36

	Гор.напиток	ТТК 377	Чай фруктовый с сахаром	200		60	0,13	0,0	15,2
о за полдник 12 лет и старше				280	22,34	277,08	10,1	12,1	42,56
Неделя 1-я						**День: Пятница**			
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 279	ПФ Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	100/50		122	9,7	10,2	9,5
	Гарнир	ТТК 377	Пюре картофельное	150		117,25	3,7	5,7	28,2
	Закуска	ТТК 156	Овощи отварные (свекла, морковь, зеленый горошек)	80		55,21	0,9	0,1	5,7
	Гор.напиток	ТТК 460	Чай с молоком	200		89	1,6	1,3	11,5
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				630	127,66	488,96	17,37	17,2	69,39
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 12 лет и старше	**Горячее блюдо**	ТТК 279	ПФ Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	100/50		122	9,7	10,2	9,5
	Гарнир	ТТК 377	Пюре картофельное	200		156,34	4,19	6,2	32
	Закуска	ТТК 156	Овощи отварные (свекла, морковь, зеленый горошек)	80		69,01	0,9	3,05	5,7
	Гор.напиток	ТТК 460	Чай с молоком	200		89	1,6	1,3	11,5
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше				680	127,66	541,85	17,86	20,75	73,19
Полдник 7-11 лет	Закуска	ТТК 65	Бутерброд с маслом (батон) и сыром	40/10/15		146	6,6	8,2	8,2
	Гор.напиток	ТТК 465	Кофейный напиток с молоком	200		86,0	3,5	2,6	10,1
Итого за полдник 7-11 лет				265	22,34	146	10,1	10,8	18,3
Полдник 12 лет и старше	Закуска	ТТК 65	Бутерброд с маслом (батон) и сыром	40/10/15		146	6,6	8,2	8,2
	Гор.напиток	ТТК 377	Кофейный напиток с молоком	200		86,0	3,5	2,6	10,1
Итого за полдник 12 лет и старше				265	22,34	146	10,1	10,8	18,3
Неделя 2-я						**День: Понедельник**			
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 229	Каша «Дружба» (из риса и пшена)	200		203,8	5,71	3,81	27,76
	десерт	ТТК 155	Блюдо из творога (сырник) со сгущеным молоком	70/10		217,08	10,1	12,1	27,36
	Гор.напиток	ТТК 465	Кофейный напиток с молоком	200		86	3,5	2,6	10,1
	Хлеб	ТТК 573	Батон	50		52,75	1,18	0,2	12,07
Итого за завтрак 7-11 лет				530	127,66	559,63	20,49	18,51	77,29
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы

лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 229	Каша «Дружба» (из риса и пшена)	250		254,75	7,14	4,77	34,7
	Десерт	ТТК 155	Блюдо из творога (сырник) со сгущеным молоком	70/10		217,08	10,1	12,1	27,36
	Гор.напиток	ТТК 465	Кофейный напиток с молоком	200		86	3,5	2,6	10,1
	Хлеб	ТТК 573	Батон	50		52,75	1,18	0,2	12,07
Итого за завтрак 12 лет и старше				580	127,66	610,58	21,92	19,47	84,23
Полдник 7-11 лет	Горячие блюдо	ТТК 128	Суп лапша по-домашнему	200		71,4	2	3,08	8,9
	Хлеб	ТТК573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 7-11 лет				400	22,34	236,9	4,37	3,48	38,59
Полдник 12 лет и старше	Горячие блюдо	ТТК 128	Суп лапша по-домашнему	250		89,25	2,5	3,85	11,12
	Хлеб	ТТК573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 12 лет и старше				500	22,34	254,75	4,87	4,25	40,81
	Неделя 2-я					**День: Вторник**			
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	**Горячее блюдо**	ТТК 279	Птица запеченная под белым соусом	100		190,2	10,3	9,6	13,1
	Гарнир	ТТК 304	Рис отварной	150		151,4	3,04	6,03	36,4
	Закуска	ТТК 156	Овощи отварные (свекла, морковь, зеленый горошек)	80		24,4	0,9	3,05	3,56
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				580	127,66	531,5	15,71	18,68	82,75
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 12 лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 279	Птица запеченная под белым соусом	100		190,2	10,3	9,6	13,1
	Гарнир	ТТК 304	Рис отварной	200		201,86	3,04	8,04	48,54
	Закуска	ТТК 156	Овощи отварные (свекла, морковь, зеленый горошек)	100		32,2	1,13	3,82	4,5
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,02	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше				650	127,66	589,76	16,84	21,46	95,83
Полдник 7-11 лет	напиток	ТТК 501	Сок яблочный	200		86	1	0,2	20,2
	Десерт	ТТК 523	Блин фруктовый	70		214,5	6,3	9,8	25,3
Итого за полдник 7-11 лет				270	22,34	86	7,3	10	45,5
Полдник 12 лет и старше	напиток	ТТК 501	Сок яблочный	200		86	1	0,2	20,2
	Десерт	ТТК 523	Блин фруктовый	70		214,5	6,3	9,8	25,3

олдник 12 лет и				270	22,34	86	7,3	10	45,5
Неделя 2-я						**День: Среда**			
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 327	Гуляш из мяса птицы	100		165	9,3	12	15,78
	Гарнир	ТТК 206	Каша гречневая рассыпчатая	150		135,4	5,2	4,03	36,4
	Закуска	ТТК 149	Овощи по сезону (помидор соленый или помидор свежий)	60		8,0	0,6	0,0	1,4
	Гор.напиток	ТТК 460	Чайный напиток с сахаром, лимоном и шиповником	200		64	1,6	1,3	11,5
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				560	127,66	469,9	18,47	17,33	79,57
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 12 лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 327	Гуляш из мяса птицы	120		198	11,6	14,48	16,2
	Гарнир	ТТК 206	Каша гречневая рассыпчатая	180		162	6,4	4,84	43,68
	Закуска	ТТК 149	Овощи по сезону (помидор соленый или помидор свежий)	100		13,3	1	0,0	2,33
	Гор.напиток	ТТК 460	Чайный напиток с сахаром, лимоном и шиповником	200		64	1,6	1,3	11,5
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше лет				650	127,66	542,8	22,97	20,62	88,2
Полдник 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 125	Суп картофельный с крупой и томатом	200		65,6	2,25	2,82	7,84
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 7-11 лет				450	22,34	231,1	4,75	2,82	37,53
Полдник 12 лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 125	Суп картофельный с крупой и томатом	250		82	2,81	3,52	9,8
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром и лимоном	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 12 лет и старше				500	22,34	247,5	5,31	3,52	39,49
Неделя 2-я						**День: Четверг**			
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 259	Жаркое по-домашнему	250		305	13,02	16,1	33,6
	Закуска	ТТК 149	Овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий)	60		8	0,6	0	1,4
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром Каркаде	200		9,2	0,13	0	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				560	127,66	427,7	16,12	16,1	64,69
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 12 лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 259	Жаркое по-домашнему	280		338	15,62	19,32	39,8

	Гарнир	ТТК 149	Овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий)	100		8	1	0	1,4
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай с сахаром Каркаде	200		9,2	0,13	0	15,2
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше				630	127,66	460,7	19,12	19,32	70,89
Полдник 7-11 лет	Десерт	ТТК 155	Блюдо из творога (сырник) со сгущеным молоком	70/10		217,08	10,1	12,1	27,36
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай фруктовый с сахаром	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 7-11 лет				280	22,34	277,08	10,1	12,1	42,56
Полдник 12 лет и старше	Десерт	ТТК 155	Блюдо из творога (сырник) со сгущеным молоком	70/10		217,08	10,1	12,1	27,36
	Гор.напиток	ТТК 377	Чай фруктовый с сахаром	200		60	0,13	0,0	15,2
Итого за полдник 12 лет и старше				280	22,34	277,08	10,1	12,1	42,56

Неделя 2-я **День: Пятница**

Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 7-11 лет	Горячее блюдо	ТТК 9	ПФ Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	100/50		190,2	10,3	9,6	13,1
	Гарнир	ТТК 203	Макаронные изделия отварные с масло	150		163,29	3,7	5,7	28,2
	Гор.напиток	ТТК 376	Чай с молоком	200		50	1,6	1,3	11,5
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 7-11 лет				550	127,66	155,5	14,27	9,6	67,29
Прием пищи	Раздел	№ рецептур	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак 12 лет и старше	Горячее блюдо	ТТК 9	ПФ Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	100/50		190,2	10,3	9,6	13,1
	Гарнир	ТТК 203	Макаронные изделия отварные с масло	200		217,72	4,19	6,2	32
	Гор.напиток	ТТК 376	Чай с молоком	200		50	1,6	1,3	11,5
	Хлеб	ТТК 573	Хлеб пшеничный	50		105,5	2,37	0,4	14,49
Итого за завтрак 12 лет и старше				600	127,66	155,5	14,27	9,6	71,09
Полдник 7-11 лет	Закуска	ТТК 65	Бутерброд с маслом (батон) и сыром	40/10/15		146	6,6	8,2	8,2
	Гор.напиток	ТТК 465	Кофейный напиток с молоком	200		86,0	3,5	2,6	10,1
Итого за полдник 7-11 лет				265	22,34	146	10,1	10,8	18,3
Полдник 12 лет и старше	Закуска	ТТК 65	Бутерброд с маслом (батон) и сыром	40/10/15		146	6,6	8,2	8,2
	Гор.напиток	ТТК 377	Кофейный напиток с молоком	200		86,0	3,5	2,6	10,1
Итого за полдник 12 лет и старше				265	22,34	146	10,1	10,8	18,3