

Согласовано: *В.М. Ч. Тарасов*
 директор *В.М. Ч. Тарасов*
М.А. Мещеряков Е.А.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание (завтрак)
 для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 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. Лапшиной. -М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скуржин 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

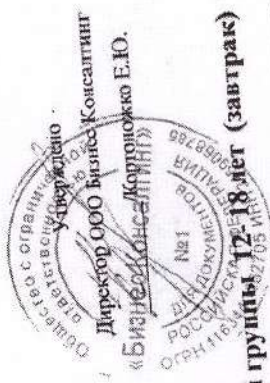
В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль; изделия из морской рыбы. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:

*Директор ООО Бизнес Консалтинг
Ирина Александровна*



Директор ООО Бизнес Консалтинг
Коронюк Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День 1	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	всё блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Цена руб.
				Б	Ж	У		
				4	5	6		
	1	2	3	4	5	6	7	
завтрак								
182/2017м		каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	8,88	14,57	50,24	369,32	30,00
399/2017м		блинчики с повидлом	70	6,15	3,68	17,95	129,52	25,00
701/2010м		хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15
54-2гн/2022н		чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15
		Итого	660	18,71	19,61	109,73	694,56	90,69

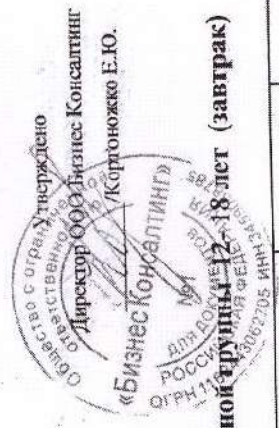
Согласовано:
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Кордюножко Е.Ю.

Общество с ограниченной ответственностью
 «Бизнес Консалтинг»
 №1
 АДРЕС: АДМИНИСТРАЦИОННЫЙ РАЙОН ВОЛГОГРАД
 РОССИЯ, ВОЛГОГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ, ГОР. ВОЛГОГРАД
 ОГРН 117050002705

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День 2

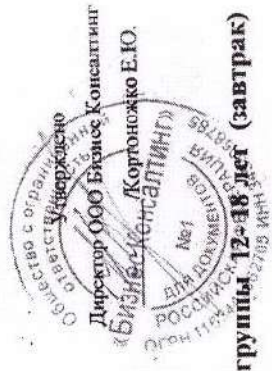
№ рсч. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
101/2004л	консервы закусочные овощные (икра кабачковая)	100	1,3	1,28	8,21	83,2	14
ТК 77-3/2022н- /331/2017м	котлеты домашние с соусом	100//20	8,32	13,15	7,17	180,62	40
203/2017м	макаронные отварные с маслом	180,0	6,87	7,30	38,35	246,60	15
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16
	Итого	640,0	21,17	23,79	87,67	683,44	90,69



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День 3

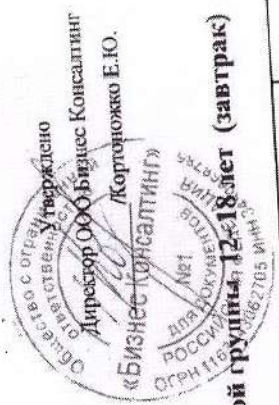
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
183/2017м	каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	11,00	11,40	44,40	326,00	40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	13
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	6,69
54-21гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	16
	Итого	610,0	20,7	23,9	93,7	673,7	90,69



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День 4

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал	ккал		
1	2	3	4	5	6	7			
завтрак									
70/71/2017м	овощи натуральные по сезону в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,9	12	15		
ТК 77/1/2022- /331/2017м	котлета рыбная с соусом	100/20	12,30	8,90	6,90	156,90	40		
305/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	10,80	12,00	47,60	266,60	15		
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69		
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15		
	Итого	640	27,18	21,96	88,14	584,22	90,69		



Согласовано:
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У	6		
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
182/2017м	каша молочная жидкая яичневая, с маслом и сахаром	250	10,80	7,98	48,37	308,50	40	
15/2017м	сыр порциями	10	2,30	2,90	0,00	35,87	13	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15	
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	6,69	
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16	
	Итого	610,0	17,7	12,5	95,5	567,9	90,69	



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Коргоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День 6

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У	6		
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
70/71/2017м	овощи натуральные по сезону в нарезке (помидор)	100	1,1	0,2	2,8	22	15	
ТТК 77/2/2022н- /332/2017М	биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	11,28	12,55	6,70	184,87	40	
204/2017м	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,30	38,35	246,60	15	
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15	
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69	
	Итого	640,0	22,53	21,01	79,59	602,19	90,69	

Общество с ограниченной ответственностью
 «Бизнес-Консалтинг»
 ОГРН 1188000000000
 ИНН 8001000000
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Коргоножко Е.Ю.

Согласовано: _____
 Директор Е.Ю. Коргоножко

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День	№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Цена руб.
				Б	Ж	У	7		
				4	5	6			
1		2							
завтрак									
181/2017м		каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68	29,00	
399/2017м		блинчики с повидлом	70	6,15	3,68	17,95	129,52	25,00	
701/2010м		хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69	
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15	
54-Згн/2022н		чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16	
		Итого	660	16,86	17,86	107,82	657,12	90,69	

Согласовано:
Зач. инв. № 44/2022-н-10-ти дневное меню
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 «Бизнес Консалтинг»
 Коптоножко Е.Ю.

Отдел с ограниченной ответственностью
 «Бизнес Консалтинг»
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Коптоножко Е.Ю.
 581600, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Давыдова, д. 118/119

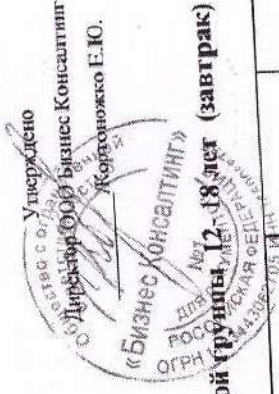
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День 8

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У	7		
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
ТТК 77-4/2022-н- /332/2017м	котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100	10,25	11,32	5,93	190,25	40,00	
125/2017м	картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,64	19	
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,48	6,01	8,26	92,8	10	
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,69	
54-4тн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16	
	Итого	620	20,006	20,11	76,57	590,71	90,69	



Согласовано:
Зинченко В.А.
 14.09.2022



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Жогановоже Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

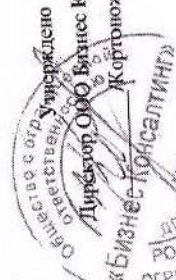
День 9

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал	7		
								4	
1	2	3	4	5	6	7			
завтрак									
120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	300	6,56	5,69	23,25	180,00	40		
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16		
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	13		
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	5,69		
54-21гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	16		
	Итого	660,0	16,3	18,1	72,6	527,7	90,69		



Согласовано:

Ирина Владимировна Шибанова



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Жортоножко Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»
ОГРН 1163705482705 ИНН 3705011001

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)

День 10

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У	6		
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
131/2017м	консервы закусочные овощные (зеленый горошек)	100	1,80	0,24	10,56	51,36	12	
291/2017м	плов из птицы	250	19,42	11,34	42,18	348,06	57	
379/2017м	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,94	100,6	16	
701	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	5,69	
	Итого	600	28,24	15,46	95,38	633,02	90,69	
	Всего за 10 дней	6 340,00	209,33	194,27	906,60	6 214,59		
завтрак	Средний суточный рацион	634	20,93	19,43	90,66	621,46		

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

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 на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

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".