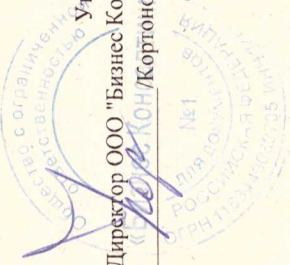


Согласовано
Директор



Берина И.И.
101.09.2017 г.

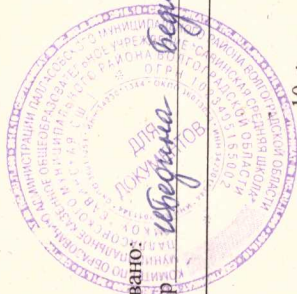
Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е.Ю.



Перспективное

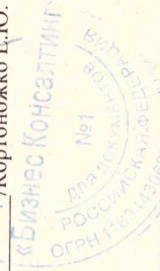
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) школьников возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

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. 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".



Согласовано: Ирина Владимировна
 Директор

Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Евгений /Кортоножко Е.Ю.

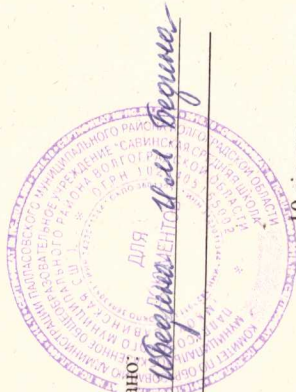


10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность				
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет			
1	2				Б	Ж	У								

Неделя 1 / день 1

Завтрак															
№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	цена руб	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
182/2017м		каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	35	200	250	7,82	9,77	10,26	12,83	35,40	44,25	265,22	331,55		
	п.т	кондитерское изделие	25,68	30	30	4,83	4,83	4,96	4,96	13,11	13,11	116,40	116,40		
701/2010м		хлеб пшеничный	4,8	30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	93,52		
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00		
54-7гн/2022н		чай с молоком	10	200	200	1,6	1,6	1,1	1,1	12,58	12,55	66,62	66,62		
		Итого	90,48	560	620	17,01	19,75	17,02	19,69	85,86	99,04	565,38	655,09		
		Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		



Согласовано: *Ибрагимов М.М. Бегина*
 Директор *Ибрагимов М.М. Бегина*



Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Ибрагимов М.М. Бегина
 /Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12- 18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2										

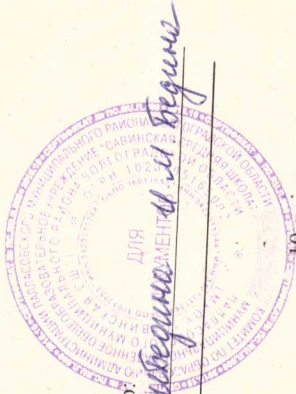
Неделя I / день 2

Завтрак												
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	16	60	100	0,7	1,1	0,1	0,16	2,3	3,83	12,8	21,33
246/2017м	Гуляш из отварного мяса говядина	42,68	100	100	16,90	16,90	16,40	16,40	4,00	4,00	232,00	232,00
203/2017м	макаронны отварные с маслом	17	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16
701/2010м	хлеб пшеничный	4,8	30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	93,52
54-2гн/2022н	чай с сахаром	10	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
	Итого	90,48	540	620	25,56	27,83	21,70	22,84	64,45	76,89	554,06	625,33
	Норма завтрака по СанПин 20%± 2,5% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

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

12-18 лет

Вещь/г/	У		Энергет. ценность	
	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
4,7	8,72	14,54	67	111
6,10	5,90	5,90	116,00	116,00
7,56	35	42	224,38	269,24
10,40	14,97	19,33	70,14	93,52
2,5	17,56	17,56	109	109
21,3	82,2	99,3	586,5	698,8
8-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Согласовано
 Директор Ирина Менделеева



Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е.Ю. Кортоножко

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал			
			Б		Ж		У					
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
Неделя 1 / день 5												
77-9/2022м	пельмени со сметаной	56,68	200	200	16,80	16,80	21,60	21,60	33,00	33,00	393,60	393,60
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	4,8	30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	93,52
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	14	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
	Итого	90,48	530,0	540,0	19,9	20,7	22,3	22,4	68,4	72,7	554,3	577,6
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
Завтрак												

Согласовано:

Директор Ирина Шибурова

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е.Ю. Кортоножко



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12- 18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2											

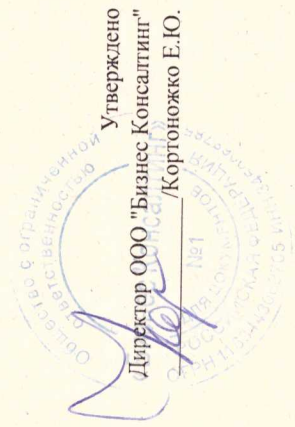
Неделя 2/ день 6

Завтрак												
181/2017М	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	37	200	250	6,11	7,64	9,58	11,98	33,88	42,36	246,18	307,78
209/2017М	яйцо вареное	23,68	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00
701/2010М	хлеб пшеничный	4,8	30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	93,52
338/2017М	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
54-7гн/2022н	чай с молоком	10	200	200	1,6	1,6	1,1	1,1	12,58	12,55	66,62	66,62
	Итого	90,48	570	630	15,55	17,87	15,98	18,48	71,51	84,32	492,94	577,92
	Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



Согласовано:

Директор *Ивечиņa Вероника*



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Е.Ю. Кортоножко

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12- 18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2										

Неделя 2/ день 7

Завтрак												
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	16	60	100	0,7	1,1	0,1	0,16	2,3	3,83	12,8	21,33
246/2017м	гуляш из отварного мяса говядина	42,68	100	100	16,90	16,90	16,40	16,40	4,00	4,00	232,00	232,00
203/2017м	макаронны отварные с маслом	17	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16
54-2гн/2022н	чай с сахаром	10	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	4,8	30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	93,52
	Итого	90,48	540	620	25,56	27,83	21,7	22,84	64,45	76,89	554,06	625,33
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Согласовано:

Директор *Ивеедина И.М. Бедина*



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рсц. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
			7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У		ккал	
1	2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Неделя 2/ день 10												
Завтрак												
131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	15	60	100	1,70	2,83	0,10	0,16	3,50	5,80	22,10	36,83
291/2017м	плов из птицы	55,68	200	230	16,89	19,42	13,08	15,04	27,34	31,44	294,64	338,84
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов	15	200	200	0,5	0,5	0	0	19,8	19,8	81	81
701/2017м	хлеб пшеничный	4,8	40	40	3,15	3,15	0,40	0,40	19,33	19,33	93,52	93,52
	Итого	90,48	500	570	22,24	25,90	13,58	15,60	69,97	76,37	491,26	550,19
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
	Всего за 10 дней		5 100,00	5 700,00	194,36	216,20	169,01	189,09	669,75	777,13	4 970,85	5 683,49
	Средний суточный рацион		510	570	19,44	21,62	16,90	18,91	66,98	77,71	497,09	568,35
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680