

Согласовано:

директор



С.А.А.

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
(Кортоножко Е.Ю.)
«Бизнес Консалтинг»
ОГРН 1163443062705 ИНН 3435008785
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
№1
УЧЕТНАЯ

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. 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; изделия из морской рыбы. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:

С.В. Давыдов



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Коробов Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
День 1

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал		
			4	5	6	7		
1	2	3						
завтрак								
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев	250	8,88	14,57	50,24	369,32	31,00	
399/2017м	овсяных с сахаром и маслом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	25,00	
701/2010м	блинчики с повидлом	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,4	
338/2017м	хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20	
54-2гн/2022н	фрукт свежий (яблоко)	200	0,2	0	10,38	42,32	15	
	чай с сахаром							
	Итого	660	15,71	17,61	113,73	680,66	96,40	



Согласовано:



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

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

День 2

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	
			Б	Ж	У	ккал	Цена руб.
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
101/2004л	консервы закусочные овощные (икра кабачковая)	100	1,3	1,28	8,21	83,2	20
ТТК 77-3/2022н- /331/2017м	котлеты домашние с соусом	100//20	8,32	13,15	7,17	180,62	40
203/2017м	макаронны 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	5,4
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	96,4

Согласовано: 


Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 А.Ю. Коротко


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	Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал	
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5,00	8,46	85,70	20
77-6/331/2022	котлета мясикапустная	100	9,30	6,10	5,90	116,00	39
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая	180	8,76	7,56	43,2	275,87	15
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	6,4
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16
	Итого	630,0	23,9	19,9	94,8	654,1	96,4



Согласовано:

И.А. Савицкая
И.А. Савицкая



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением 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	
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
133/2017м	консервы закусочные овощные (кукуруза)	100	2,00	0,33	10,16	52,16	20
77-1/331/2017м	котлета рыбная с соусом	100	6,73	8,02	5,04	115,30	40
305/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	10,80	12,00	47,60	266,60	16
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,4
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15
	Итого	640	22,81	21,31	94,54	582,78	96,4

Согласовано:

С.С. Сидорова
С.С. Сидорова



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

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
День 5

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	ккал	
1	2	3	4	5	6	7	Цена руб.
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	14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	6,4
54-21гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	16
	Итого	610,0	22,0	16,1	97,5	626,1	96,4

Согласовано:

И.В. Александрова
И.В. Александрова

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
«Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.
№1
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ОГРН 1163401000000

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет (завтрак)
День 6

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал	
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5,00	8,46	85,70	20
ТТК 77/2/2022н- /332/2017М	биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	11,28	12,55	6,70	184,87	41
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	5,4
	Итого	640,0	23,13	25,81	85,25	665,89	96,4

Согласовано:

И.О. Директор
И.О. Директор

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал	
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68	30
399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	25
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	5,4
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16
	Итого	660	13,86	15,86	111,82	643,22	96,40

Согласовано:

И.А. Давыдова
И.А. Давыдова

Утверждено
Директор ООО Бизнес-Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.



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

День 8

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал	7		
1	2	3	4	5	6				
завтрак									
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,26	92,8	20		
77-4/332/2017м	котлеты печеночные с соусом сметанным с луком	120	10,83	12,32	7,07	182,48	40		
125/2017м	картофель отварной с маслом	180	3,6	1,96	34,12	168,55	16		
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	5,4		
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15		
	Итого	630	18,34	21	75,85	565,95	96,40		



Утверждено

Дир. Бизаров Константин Васильевич
М.П. Кортонов Е.Ю.

ОГРН
Р/Е/Е
НК Ортоножко Е.Ю.

День 9



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

День 10

№ рецептурной сбор.	Наименование блюда	вес (г/100г)	Тепловые свойства, МДж					Энергет. ценность
			Б	Ж	У	В	ккал	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
завтрак								
1.11.2017м	консервы закусочные овощные (зеленый горошек)	100	1,80	0,24		10,56	51,36	20
2.11.2017м	салат из капусты	250	19,42	11,34		42,18	348,06	54
3.11.2017м	чай с сахаром и лимоном	500	1,3	0		10,58	43,52	16
4.11.2017м	чай питьевой	50	3,95	1,20		26,30	133,00	14
5.11.2017м	суп овощной	600	25,37	12,78		60,02	375,94	64
6.11.2017м	суп овощной с картофелем	637	23,58	192,24		923,82	6295,8	64
7.11.2017м	суп овощной с картофелем	637	20,25	19,22		92,38	620,53	64