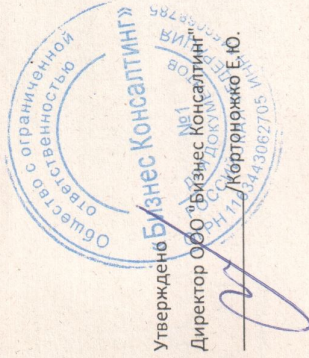




СОГЛАСОВАНО:

Директор МКУ Моно-Школы
А.А.Аманжол



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

Перспективное

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов

Меню составлено на основании:

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

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельмана. --М.: ДеЛи плюс 2017г. -544с

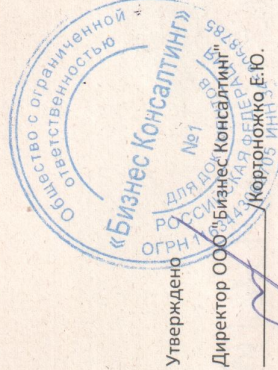
Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора". 2022г-275с

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.



СОГЛАСОВАНО:

Министр образования и науки Республики Казахстан
Д.А. Жарыкбаева



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.

10-ти/дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет.

1 неделя

1 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	4	5	6	7
Завтрак									
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200	7,55	9,74	32,50				247,80
399/2017м	блинчики (оладьи) с молоком стущенным	70	5,08	4,78	19,29				140,50
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58				118,6
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80				47,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49				70,14
	Итого	600	19,48	18,76	93,66				624,04
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75				470-587,5

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МБОУ МОУ Морозовской ШС
 Д.А. Давыдов

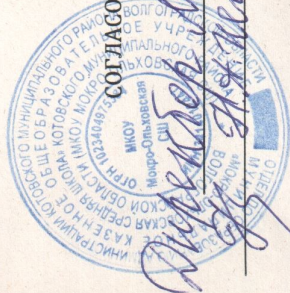
Утверждено
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Короткожило Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

1 неделя

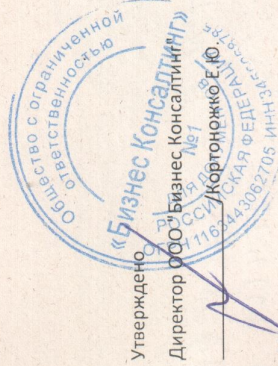
2 день

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/					Энергет. ценность
				Б	Ж	У	6	7	
1		2	3	4	5	6	7		
Завтрак									
47/2017 м		капуста квашеная	60	1,02	3	5,07			52,5
77/1/2022/54-3сс/2022н		Котлета рыбная из п./ф. высокой степени готовности с соусом	100/20	12,3	8,9	6,9			156,9
125/2017М		картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98			157,50
701/2010м		хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49			70,14
54-1хн/2022н		компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03			132,8
		Итого	560	19,38	18,23	79,47			569,84
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75			470-587,5



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ МКОУ «Миро-Виховний сел»
З.З. Жульєвська



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

№1
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

1 неделя

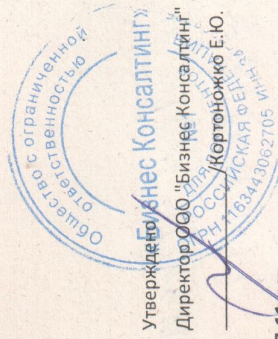
3 день

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	60	0,67	0,12	2,16	13,2	
77-2/2022/ 332/2017м	биточки , котлеты куриные из п.ф высокой степени готовности с соусом	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85	
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	
54-3тн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
	Итого	560	18,75	16,67	71,72	489,99	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ МБОУ Мещеряковской СОШ
И.И. Мещеряков

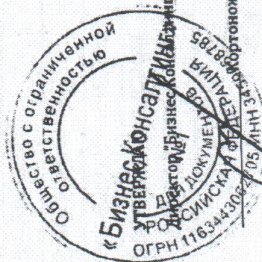


Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

1 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
				Б	Ж	У		
1		2	3	4	5	6	7	
Завтрак								
188/2017м		Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным 170/30	200	14,70	15,40	43,77	372,48	
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
701/2010м		хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
54-2гн/2022н		чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
		Итого	530	17,54	16,12	83,06	549,62	
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

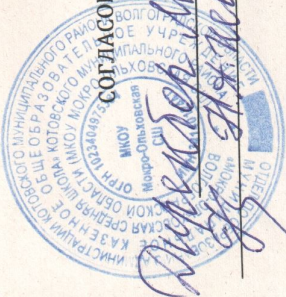


Директор ООО «Медо-Суховской СМ»
А.А. Ковалев

1 неделя
 по сбор. _____

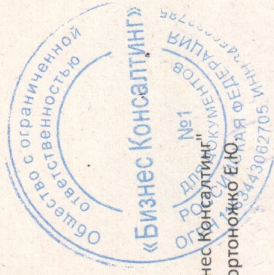
№ п/п по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	5 день					Энергет. ценность
				Б	Ж	У	6	7	
1	2		3	4	5	6			
Завтрак									
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	15	60	0,84	3,6	4,96			55,68
265/2017м	Плов с мясом свинины	60	200	13,54	14,70	25,20			287,26
701/2010м	Хлеб пшеничный	5,35	50	3,95	0,5	24,15			116,90
389/2017м	Сок фруктовый	20	200	1	0	24,62			136,48
	Итого		510	19,33	18,80	78,93			596,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75			470-587,5

2й Завтрак									
П/Т	МОЛОКО	23	150	4,40	3,80	7,20			81,00
403/2017м	Оладьи с яблоком и ступенным молоком	35	135	9,55	9,71	54,58			343,91
	Итого	158,35							



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «МБОУ Марш-Воловской МШ
Д.А. Давыдов



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

2 неделя

6 день

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1		2	3	4	5	6	7
Завтрак							
182/2017м		каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,25	10,26	30,50	233,34
П.Т		сдобное изделие сладкое	45	7,20	8,90	15,80	171,80
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
54-3гн/2022н		чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
		Итого	585	18,1	20,0	90,6	607,7
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ Мороз-Васильевской СШ
И.И. Васильев



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

2 неделя

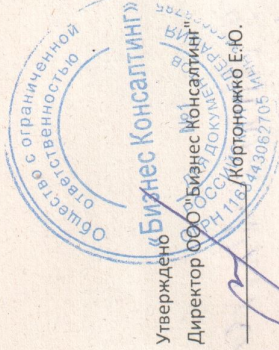
7 день

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
				Б	Ж	У		
1		2	3	4	5	6	7	
Завтрак								
70/71/2017м		овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	
77/3/2022-331/2017м		Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62	
203/2017м		макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	
54-1хн/2022н		компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	
701/2010м		хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
		Итого	560	17,41	18,56	88,65	593,56	
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ Мороз-Виховской СШ
г.п. Жезыбани



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
(Кортоножко Е.Ю.)

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

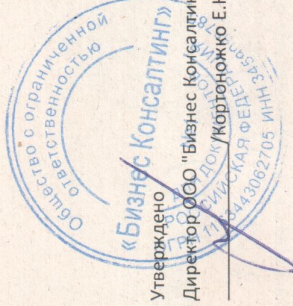
2 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	8 день						Энергет. ценность
				Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1		2	3	4	5	6				7
Завтрак										
70/71/2017м		Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02				6
77/6/2022		Котлеты мясокрупные из п./ф. высокой степени готовности	100	9,93	12,66	5,76				176,70
171/2017м		каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,30	6,30	36,00				233,70
54-3гн/2022г		чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2				62
701/2010м		хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70				133,00
		Итого	560	22,69	20,24	84,68				611,40
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75				470-587,5



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ Марко-Виновова



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

2 неделя			9 день						Энергет. ценность
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						
по сбор.			Б	Ж	У				
1	2	3	4	5	6		7		
Завтрак									
182/2022м	Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	200	8,26	10,97		34,62	270,25		
399/2017м	блинчики (оладьи) с повидлом	70	5,08	4,78		19,29	140,50		
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40		9,80	47,00		
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,07	0,02		15	60		
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3		14,49	70,14		
	Итого	650	16,180	16,470		93,200	587,89		
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75		67-83,75	470-587,5		



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ Марго-Вязовской СШ
И.И. Давыдов



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

2 неделя

10 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	
1	2	3	4	5	6	7	7
Завтрак							
67/2017	винегрет овощной	60	0,78	2,70	4,62	45,60	
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13	
125/2017М	картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98	157,50	
701/2010М	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	
	Итого	565	20,72	22,13	75,22	591,13	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

№	Итого	Выход в гр	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	
1	2	3	4	5	6	7	7
ЗАВТРАК							
	Итого за весь период	5680	189,616	185,960	839,210	5821,45	
	Среднее значение за период	568	18,9616	18,596	83,921	582,145	
		15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ФГБУ НИИЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДип / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы. - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.