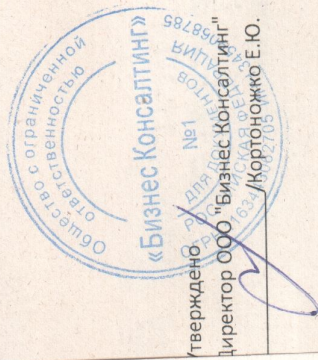




СОГЛАСОВАНО:

Миро-Васильева



тврждено
директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

Перспективное

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов

Меню составлено на основании:

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

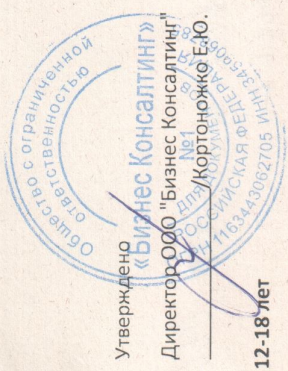
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией М.П Могильного и В.А. Тутельмана. -М.: ДеЛи плюс, 2017г. -544с

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджета 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:

 Директор МБОУ МО «Средняя школа №1»
 г. Ждановичи

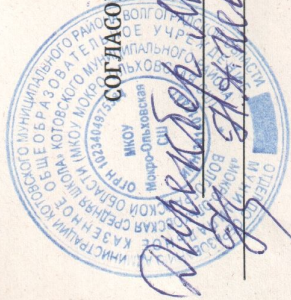
Утверждено
 «Бизнес Консалтинг»
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Коротко Е.Ю.

 12-18 лет

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся

1 неделя

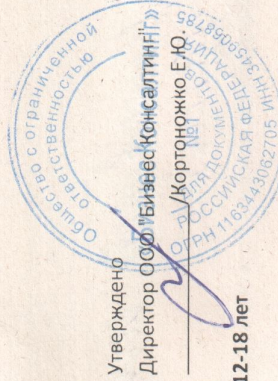
1 день

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У		
по сбор.	2	3	4	5	6	7	
1							
Завтрак							
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	250	9,44	12,17	40,62	309,24	
399/2017м	блинчики (оладьи) с молоком сгущенным	70	5,08	4,78	19,29	140,50	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
	Итого	650	21,37	21,19	101,78	685,48	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ Мороз-Виносовой СШ
Е.А. Мельникова



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

1 неделя

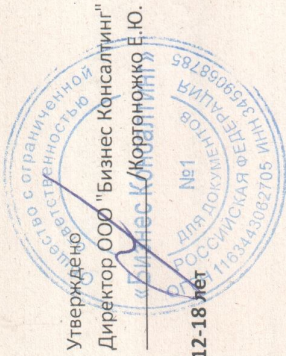
2 день

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества /г/			Энергет. ценность
				Б.	Ж	У	
	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							
47/2017 м		капуста квашеная	100	1,7	5	8,45	87,5
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	600	20,06	20,23	82,85	604,84
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "Миро-Вызовской с/ш" *А.А. Мельник*



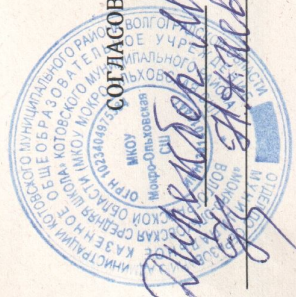
Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Коротко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

1 неделя

3 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 (огурец)	100	1,12	0,2	3,6		22
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
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2		62
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15		116,90
	Итого	620	20,78	16,95	82,82		545,55
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680



СОГЛАСОВАНО:

Директор МСУ Марко-Викторович
Д.А. Викторович



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.
12-18-лет

1 неделя

№ ред.	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 густеным 200/50	250	18,37	19,25	54,71	465,60
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	580	21,21	19,97	94,00	642,74
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.



Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Кортоножко Е.Ю.

12-18 лет

2 неделя

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	6 день				Энергет. ценность
				Б	Ж	У	6	
1		2	3	4	5	6	7	
Завтрак								
182/2017м		каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	9,06	12,82	38,12		291,67
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	635	20,0	22,5	98,2		666,0
		Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ Морозовской ШС
Д.А. Мухоморова



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

2 неделя

7 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	100	1,12	0,2	3,6		22
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	600	17,87	18,64	90,09		602,36
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680

Согласно

Директор

И.И. Иванова

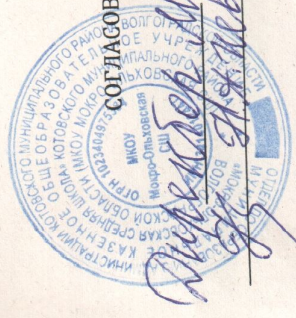
СОГЛАСОВАНО:
Директор МКУ Мэро-Варовский Сел
г.г. Железновск

Утверждено
Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.
12-18 лет

8 день

2 неделя		8 день					Энергет. ценность
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				
по сбор.			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	
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	180	9,95	7,56	43,20	280,44	
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	115,90	
	Итого	630	24,76	20,84	90,01	646,04	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

СОГЛАСОВАНО:

 Директор МКОУ Моршанского с/с
 Д.А. Шевнина

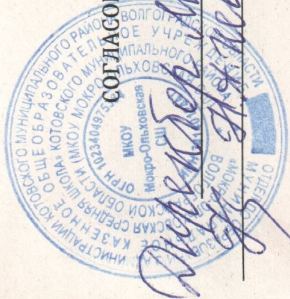
Утверждено
 Директор ООО "Бизнесконсалтинг"
 Короткошко Е.Ю.


10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

2 неделя

9 день

№ рец.	З неделя	по сбор.	1	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
						Б	Ж	У	
				2	3	4	5	6	7
Завтрак									
182/2022м				Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	250	10,38	13,71	43,27	337,99
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	50	3,95	0,5	24,15	116,90
				Итого	720	19,880	19,410	111,510	702,39
				Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



СОГЛАСОВАНО:

Директор ИИОУ Марго-Васильев С.И.
Д.И. Васильев



2 неделя

10 день

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	
по сбор.	2	3	4	5	6	7	
1							
67/2017	винегрет овощной	100	1,30	4,50	7,70		76,00
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	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	605	21,24	23,93	78,30		621,53
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

	ИТОГО	Выход в гр	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	
1	2	3	4	5	6	7	
	Итого за весь период	6190	207,010	204,900	911,840		6350,36
ЗАВТРАК	Среднее значение за период	619	20,701	20,49	91,184		635,036
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - 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 на продукцию 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.