



Директор филиала
Ольга Александровна

Перспективное

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

Меню составлено на основании:

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

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Пол редакцией М.П. Могильного и В.А. Тугельмана. -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 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., Тугельман В.А.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Питание"

Директор ООО "Питание"
09.01.2024
Медико-санитарная часть №1

Коргоножко ЕЮ

09.01.2024

1 неделя

1 день

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	Выход						Энергет. ценность
			Б	Ж	У	Ж	У	7	
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	33	200	7,55	9,74	32,50			247,80
399/2017м	блинчик (опалды) с молоком ступенным	27	70	5,08	4,78	19,29			140,50
382/2017м	какао с молоком	15	200	4,08	3,54	17,58			118,6
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80			47,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,46	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

Завтрак

2й завтрак

п.т	Йогурт	23	100	1,50	0,10	11,00			50,00
210/2017м	омлет натуральный	35	150	12,7	1,8	3,3			225,5
Итого		158,46							



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "Питание"

Корголюк ЕЮ

1 неделя 09.07.2024



*Выполнил: Шершневский СМ
09.07.2024*

№ рец. по сбор.	1	Наименование блюд	2	Цена руб.	Выход						Энергет. ценность
					3	4	5	6	7	8	
47/2017 м		капуста квашеная		17	60	1,02	3	5,07			52,5
771/2022/54-3с/2022н		Котлета рыбная из п./ф. высокой степени готовности с соусом		45	100/20	12,3	8,9	6,9			156,9
125/2017М		картофель отварной с маслом		19	150	3,03	5,94	20,98			157,50
701/2010м		хлеб пшеничный		3,46	30	2,37	0,3	14,49			70,14
54-1 км/2022м		компот из сухофруктов		16	200	0,66	0,09	32,03			132,8
		Итого			560	19,38	18,23	79,47			569,84
		Норма завтрака по СанПиН			500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75			470-587,5

1й завтрак		2й завтрак	
389/2017м	Сок фруктовый	23	150
398/2017м	блинчики с ягодной начинкой	35	70
	Итого	158,46	381
			171,01



Директор ООО «Питание»
09.01.2024
8 день

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО «Питание»

Коргономжо ЕЮ
 09.01.2024

№ п/п	Наименование блюда	Цена руб.	Выход						Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	7		
Завтрак									
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (супрец)	22	60	0,48	0,06	1,02		6	
77/6/2022	Котлеты мясные натуральные из п./ф. высокой степени готовности	38	100	9,83	12,66	5,76		176,70	
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	20	150	5,30	5,80	35,00		213,40	
54-3м/2022н	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2		62	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,46	50	3,85	1,20	26,70		133,00	
	Итого		560	19,69	19,74	83,68		591,10	
	Норма завтрака по СанПиН 2.0%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75		470-587,5	
2й завтрак									
п.т	кисломолочный продукт "Ряженка"	23	150	4,50	3,70	6,00		75,75	
208/2017м	лапшевник с творогом	35	150	14,50	9,04	41,49		310,00	
	Итого	158,46							



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО "Питание"
Смирнов И.И.
 09.09.2024

Короткожко ЕЮ
 09.09.2024

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	Выход					Энергет. ценность
			Б 4	Ж 5	У 6	У 7	У 7	
2 недели								
9 день								
Завтрак								
182/2022м	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом и сахаром	38	200	8,26	10,97	34,62	270,25	
399/2017м	блинчики (оладьи) с повидлом	27	70	5,08	4,78	19,29	140,50	
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	17	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
54-2тм/2022г	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60	
704/2010м	хлеб пшеничный	3,46	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	15,9-19,75	67-83,75	470-587,5	

2й Завтрак							
389/2017м	Сок фруктовый	23	150	0,075	0	15,15	63,6
п.т.	вареники с картофелем в сметаной	35	150	6,3	2,9	44,1	227,7
	Итого	158,46					



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО "Питание"

Корголюкко ЕЮ
 09.01.2024



Директор ООО "Питание"
 09.01.2024

№ рсч.	2 неделя	по сбор.	1	Наименование блюд	Цена руб.	Выход						Энергет. ценность
						Б	Ж	У	Ж	У	Ж	
67/2017				Винегрет овощной	25	60	0,78	2,70			4,62	45,60
77/4/2022				Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени	36	100/5	12,83	12,97			10,27	209,13
125/2017М				картофель отварной с маслом	19	150	3,03	5,94			20,98	157,50
701/2010М				хлеб пшеничный	5,46	50	3,95	0,5			24,15	116,90
54-3гч/2022н				чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02			15,2	62
Итого						565	20,72	22,13			75,22	591,13
				Норма завтрака по СанПиН 2.04-25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75			67-83,75	470-587,5

2й завтрак												
п.т	403/2017м	1	2	Наименование блюд	Цена руб.	Выход в гр						Энергет. ценность
						Б	Ж	У	Ж	У	Ж	
				молоко	23	150	4,40	3,80			7,20	81,00
				блюда с яблоком и стухенным молоком	35	135	9,55	9,71			54,58	343,91
				Итого	158,46							
				Итого по примерному меню								

п.т	403/2017м	1	2	Наименование блюд	Цена руб.	Выход в гр						Энергет. ценность
						Б	Ж	У	Ж	У	Ж	
				молоко	23	150	4,40	3,80			7,20	81,00
				блюда с яблоком и стухенным молоком	35	135	9,55	9,71			54,58	343,91
				Итого	158,46							
				Итого по примерному меню								

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лашинской. - М.: Хлебзодифторк, 2004. - 640с.
 РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучина - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.
 Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.
 Сборник рецептур на продукцию для обучающихся в учреждениях среднего профессионального образования / 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. Скорыхин И.М., Тутельян В.А.