

Согласовано:

ДИРЕКТОР

С.Н. Житникова



Утверждено
директор ООО "Питание"
*Кортоножко Е.Ю
Дата



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Согласовано:

ДИРЕКТОР

С.Н. ЖИТНИКОВА

МКОУ

Кумылженская

СШ № 2



утверждено

Директор ООО "Питание"

Кортоножко Е Ю



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 1-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
174/2011 М	Каша вязкая молочная рисовая №174	28,09	200	5,6	9,6	40,7	273,5
6/2011 М	Масло порцией	9,00	10	0,1	7,3	0,1	66,1
п/т	Печенье сахарное	7,00	25	0,7	0,2	6,6	33,4
421/2016 К	Чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,1	0,0	11,1	45,6
701/2010 М	Хлеб пшеничный	3,00	30	3,7	0,6	14,6	87,8
338/2011 М	Фрукты свежие (яблоко) №338	15,00	150	0,6	0,6	14,3	68,4
	Итого за прием пищи:	77,09	615	10,7	18,3	87,3	574,7
	Норма обеда по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75	544-680

ДИРЕКТОР

Согласовано:

С.Н. ЖИТНИКОВА

Кумыжская
СШ № 2



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 2-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
ТТК №1,2,3,4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	9,00	100	1,5	0,2	8,8	42,8
443/2004 Л	Плов с курицей	45,09	200	20,4	25,3	36,5	454,4
376/2011 М	Чай с сахаром №376	15,00	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3
п/т	Вафли	5,00	30	5,1	5,3	26,1	17,4
703/2010 М	Хлеб пшеничный	3,00	30	3,7	0,6	14,6	87,8
	Итого за прием пищи:	77,09	560	30,8	31,4	100,8	661,7

Согласовано:
ДИРЕКТОР



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 3-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
ТТК №1,2,3,4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	13,00	100	1,5	0,2	8,8	42,8
488/2004 Л	Птица, тушенная в соусе с овощами №488	34,09	200	16,7	22,4	14,4	328,4
15/2011 М	Масло порцией	9,00	10	0,1	7,3	0,1	66,1
377/2011 М	Чай с лимоном №377	16,00	200/15/7	0,2	0,0	15,0	61,6
701/2010 М	Хлеб пшеничный	5,00	50	3,7	0,3	24,3	114,8
	Итого за прием пищи:	77,09	575	22,2	30,1	62,6	613,7

Согласовано:
ДИРЕКТОР



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 4-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
94/2011 М	Котлеты рубленные из птицы №294	39,09	100	16,2	21,2	15,0	316,3
87/2004 Л	Соус томатный	8,00	30	0,7	1,4	2,5	26,4
03/2011 М	Макаронные изделия отварные №203	12,00	180	6,6	6,8	40,0	247,7
85/2004 Л	Чай с сахаром каркаде №685	16,00	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5
01/2010 М	Хлеб пшеничный	2,00	20	1,5	0,12	9,7	45,9
	Итого за прием пищи:	77,09	545	25,2	29,6	82,2	696,8

Согласовано:

ДИРЕКТОР

Мед

С.П. ЖИТНИКОВА



Утверждено

Директор ООО "Питание"

Е.Ю. Кортоножко



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 5-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
311/2004 Л	Каша гречневая молочная	32,09	250	11	11,4	44,4	326
15/2011 М	Масло порцией	9,00	10	0,1	7,3	0,1	66,1
376/2011 М	Чай с сахаром №376	15,00	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3
п/т	Булочка	9,00	40				
701/2010 М	Хлеб пшеничный	2,00	20	1,5	0,12	9,7	45,9
338/2011 М	Фрукты свежие (яблоко) №338	10,00	100	0,4	0,4	9,5	45,6
	Итого за прием пищи:	77,09	635	13,1	19,2	78,6	542,9

Директор

подписано: *Резу*

С.Н. ЖИТНИКОВА

МКОУ

Кумылженская

СШ №2



утверждено

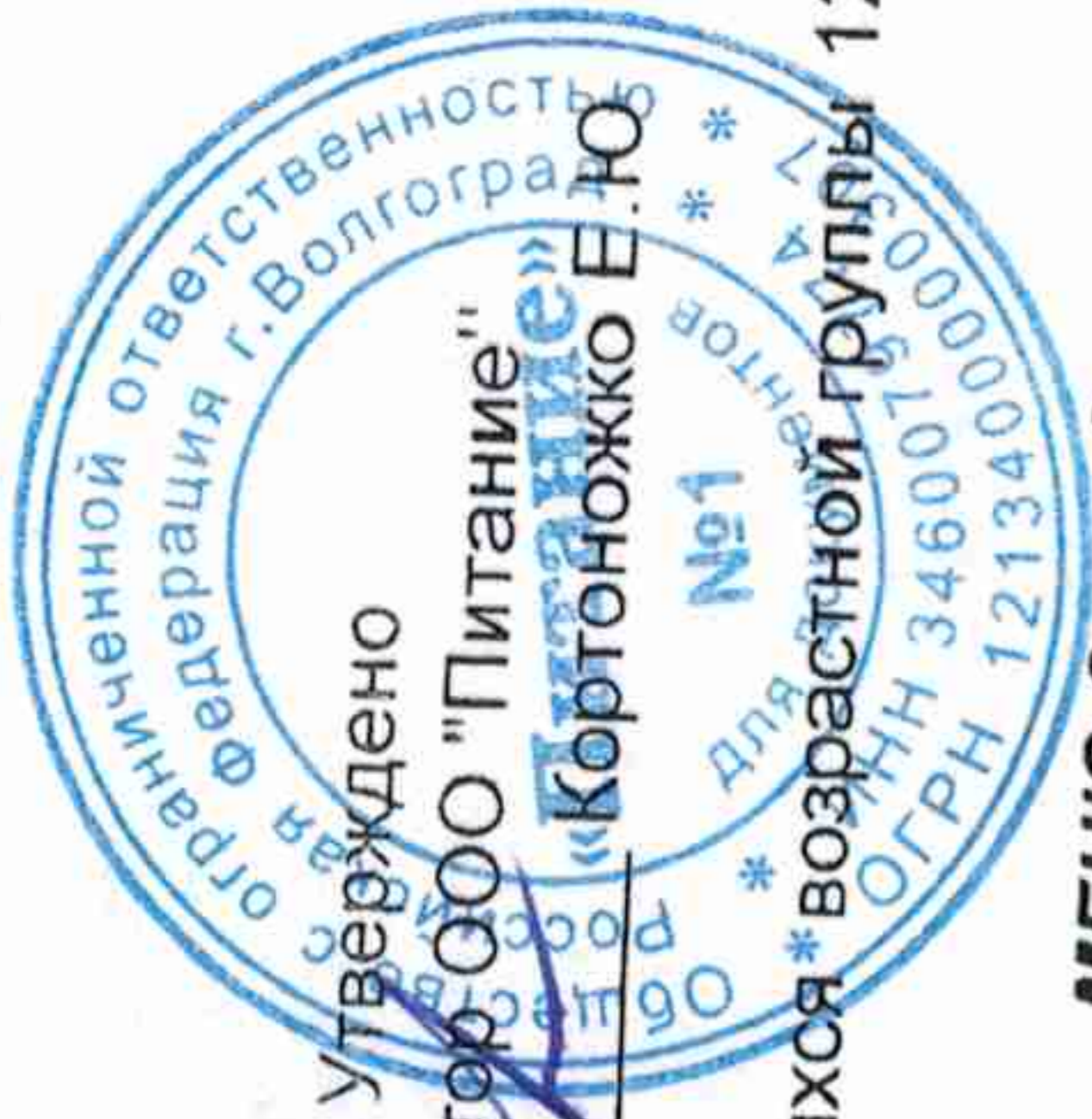
Директор ООО "Питание"

Е.Ю. Кортоножко

ООО «Питание»

№1

Для Заказчика



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся *возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 6-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
175/2011 М	Каша вязкая молочная из риса и пшена	27,09	200	5,5	6,5	34,7	220,7
15/2011 М	Дружба с маслом №175						
377/2011 М	Сыр (порциями) №15	14,00	10	2,7	2,7	0,0	35,3
701/2010 М	Чай с лимоном №377	16,00	200/15/7	0,2	0,0	15,1	61,9
338/2011М	Хлеб пшеничный	5,00	50	3,7	0,3	24,3	114,8
	Фрукты свежие (яблоко) №338	15,00	150	0,6	0,6	14,3	68,4
	Итого за прием пищи:	77,09	610	12,6	10,1	88,4	501,1

Согласовано:
ДИРЕКТОР

С.Н. ЖИТНИКОВА

Кульбаженская
СШ № 2



Утверждено
Директор ООО "Питание"

Кортоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 7-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
313/	Котлеты мясные рубленые с соусом	40,09	90/20	14,8	20,5	14,7	301,9
341/2016 К	Каша гречневая рассыпчатая №341К	17,00	180	7,3	5,8	33,3	213,8
377/2011 М	Чай с лимоном №377	16,00	200/15/7	0,2	0,0	15,1	61,9
701/2010 М	Хлеб пшеничный	4,00	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	Итого за прием пищи:	77,09	545	25,3	26,5	82,6	669,5

Согласовано:

ДИРЕКТОР

С.П. ЖИТНИКОВА



Утверждено *
Директор ООО "Питание"
Кортоножко Е.Ю



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 8-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
437/2004	Гуляш	40,09	100	18,9	20,8	2,7	273,9
518/2004 Л	Картофель отварной с маслом №518	18,00	180	3,5	4,9	28,7	172,9
376/2011М	Чай с сахаром №376	15,00	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3
701/2010 М	Хлеб пшеничный	4,00	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	Итого за прием пищи:	77,09	535	25,5	25,9	65,7	598,0

Согласовано:
ДИРЕКТОР

С.Н. ЖИТНИКОВА



Утверждено
Директор ООО "Питание"

Кортоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 9-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
247\2011 Л	Рыба тушенная с овощами	39,09	100	11,7	5,94	8,94	126
304/2011 М	Рис отварной №304	19,00	180	4,6	6,5	46,7	263,2
376/2011М	Чай с сахаром №376	15,00	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3
701/2010 М	Хлеб пшеничный	4,00	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	Итого за прием пищи:	77,09	535	19,4	12,6	89,9	540,4

Согласовано:

ДИРЕКТОР

С.Н. Житникова

С.Н. ЖИТНИКОВА



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) льготной категории обучающихся, возрастной группы 12-18 лет МОУ

МЕНЮ 10-го дня

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	Масса порции гр	Пищевые вещества			Ккал
				Б	Ж	У	
	2		3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК						
ТТК №1,2,3,4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	13,00	100	1,5	0,2	8,8	42,8
488/2004 Л	Птица, тушеная в соусе с овощами №488	34,09	200	16,7	22,4	14,4	328,4
376/2011 М	Чай с сахаром №376	15,00	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3
338/2011 М	Фрукты свежие (яблоко) №338	10,00	100	0,4	0,4	9,5	45,6
701/2010 М	Хлеб пшеничный	5,00	50	3,7	0,3	24,3	114,8
	Итого за прием пищи:	77,09	650	22,4	23,3	71,8	590,9

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ
ЗАВТРАК

	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	207,1	226,9	810,0	5 989,7
	20,7	22,7	81,0	599,0
Норма завтрака по СанПин	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75	544-680
	20%- 25% ± 5%		550	

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГФУ Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М.,