

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

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

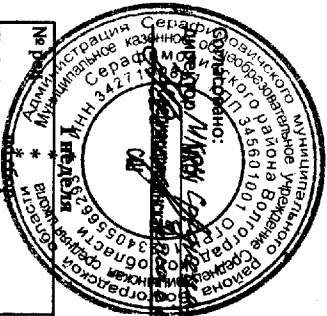
Перспективное

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

Меню составлено на основании:

- Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В. Т. Лапиной. - М.: Хлебродинформ, 2004. - 640с.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тугельмана. - М.: Дельта 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

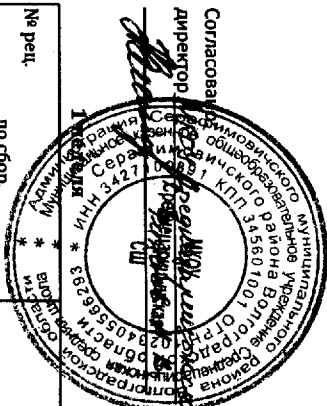
Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - М.: Дельта принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тугельман В.А.



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

1 День

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200	7,55	9,74	28,67	232,54
396/2017м	блинчики (овальи) с молоком ступенным	70	4,80	4,78	14,26	119,26
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	19,20	18,76	84,80	587,54
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

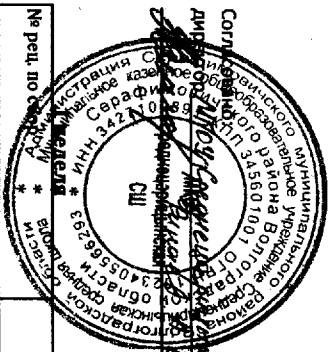


Согласовано
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг" *С.И. Сидорова*

Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг" *С.И. Сидорова*
 /Коргоножко Е.Ю.

2 День

№ рец.	по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	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-Зсс/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
349/2017м		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 209-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



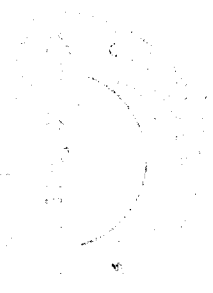
Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

3 День

№ рец. по СЭИ *	Наименование блюда	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 (отурец)	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
377/2017М	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 МКУ Семейно-ресторанная СВ
Владимир Владимирович

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

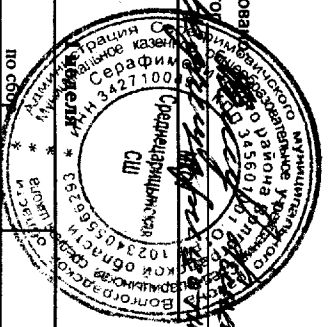


№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
188/2017м	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущеным 170/30	200	14,70	15,40	43,77	372,48
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
376/2017м	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

1 неделя

4 день

Сотникова
 Директор
 Мисл С. Серрафимовича Е. С. С.

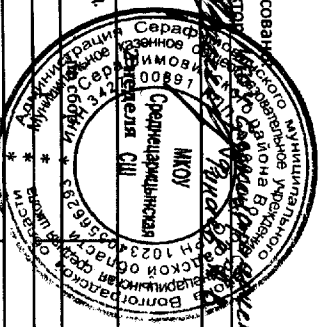


Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Кортоножко Е.Ю.

5 день

№ п/п по сб/г	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7
			Завтрак			
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68
291/2017м	Плов с птицей	200	13,54	12,46	25,20	269,60
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90
389/2017м	сок фруктовый	200	1	0	24,62	136,48
	Итого	510	19,33	16,56	78,93	578,66
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

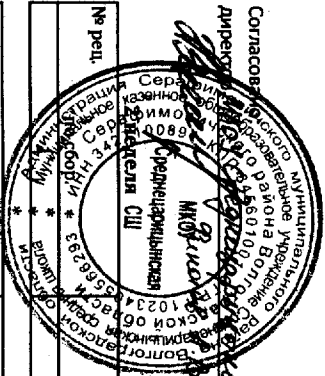
Согласован
 Сергеев С.В.
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Короткошко Е.Ю.



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

6 День

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
	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	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
377/2017М	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

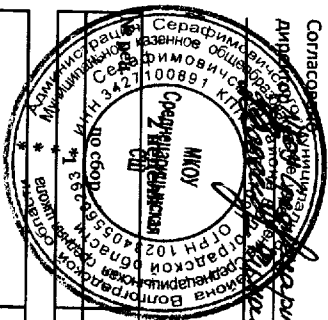


Согласовано
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 /Коргоножко Е.Ю.

Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 /Коргоножко Е.Ю.

7 День

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. Ценность
			Б	Ж	У	7	
	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	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	
349/2017м	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	

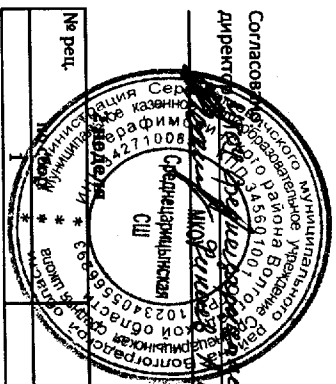


Согласно Техническому заданию
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 Сергеев А.В.

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

Наименование блюд	Выход	8 ДЕНЬ				Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	7	
2	3	4	5	6	7	
ЗАВТРАК						

70/71/2017м	Овоши по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6
77/6/2022	Котлеты мясокрупные на п./ф. высокой степени готовности	100	9,93	12,66	5,76	176,70
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,7	4,8	36,5	203,5
377/2017м	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	18,09	18,74	85,18	581,20
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

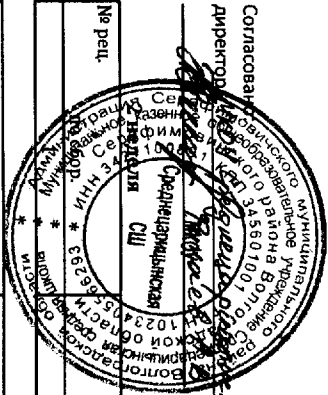


Согласовано директором Муниципального унитарного предприятия «Управление делами администрации Сергеевского городского округа»
 Директор *И.В. Мухоморова*

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

9 День

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Питательные вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
Завтрак							
131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	
77-2/2022/ 332/2017м	бигочки, котлеты куринные из п.ф высокой степени готовности с соусом	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85	
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,30	6,30	36,00	233,70	
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
	Итого	560	22,270	18,130	80,480	550,21	
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 /Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
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	
377/2017М	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	7	
1	Итого за весь период	3	4	5	6	7	
		5590	191,106	183,880	818,130	5699,41	
ЗАВТРАК	Среднее значение за период	559	19,1106	18,388	81,813	569,941	
		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.: Издательский центр «Здоровье Детей», 2016. - 560 с.
 Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мордильного и В.А. Тугельяна. - М.: Дели плюс, 2011. - 544с.
 Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурикин И.М., Тугельян В.А.