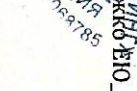


УТВЕРЖДАЮ: Общество с ограниченной ответственностью  
«Бизнес Консалтинг»  
Директор *Кортоножкин Ю*  
ОГРН 50163443062705 ИНН 5816003443



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся льготной категории ОВЗ**

**Перспективное**

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.

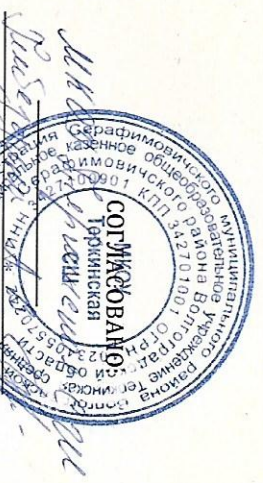
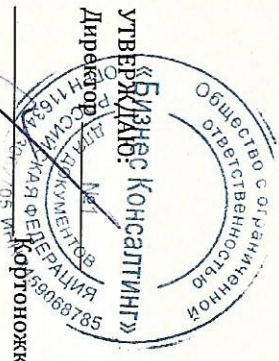
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. --М.: Делли плюс, 2017г. - 544с

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.: Делли принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.







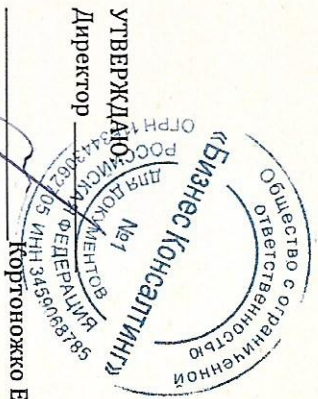
**1 неделя**

№ п/п по сбор.	Наименование блюд	Цена руб/ли	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	26	200	7,55	9,74	32,50	247,80
396/2017м	блинчики (оладьи) с молоком ступенным	27	70	5,08	4,78	19,29	140,50
382/2017м	какао с молоком	12	180	3,67	3,18	15,82	106,74
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,32	20	1,58	0,2	9,66	46,76
<b>Итого</b>				<b>18,28</b>	<b>18,30</b>	<b>87,07</b>	<b>588,80</b>

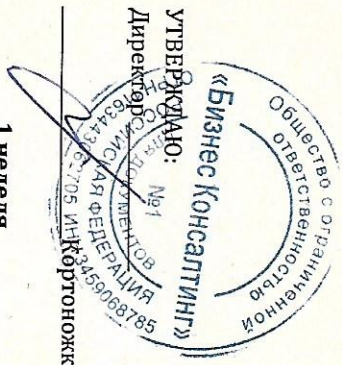
2 завтрак							
386	кисломолочный продукт	15	150	4,35	3,75	6,00	75,00
<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>		<b>105,32</b>					





№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
<b>1 Неделя</b>							
1	2		3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							
47/2017 м	капуста квашеная	16	60	1,02	3	5,07	52,5
77/1/2022/54-Зсс/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	9	100	2,02	3,96	13,99	105,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3,32	20	1,58	0,2	9,66	46,76
349/2017м	компот из сухофруктов	10	200	0,66	0,09	32,03	132,8
	<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>17,58</b>	<b>16,15</b>	<b>67,65</b>	<b>493,96</b>
<b>2 завтрак</b>							
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>							
		<b>105,32</b>					





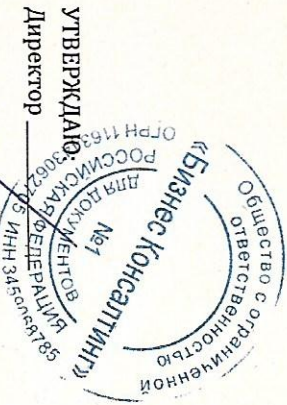
1 неделя



3 День

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Цена рубли	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Завтрак</b>							
70/71/2017М	овощи в нарезке по сезону (огурец)	17	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	45	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85
203/2017М	макаронны отварные с маслом	10	100	3,60	3,26	21,87	131,20
377/2017М	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010М	хлеб пшеничный	3,32	20	1,58	0,2	9,66	46,76
	<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>16,16</b>	<b>14,93</b>	<b>55,96</b>	<b>401,01</b>
<b>Завтрак</b>							
п.т	пряник	5	30	5,10	5,30	26,10	174,00
389	соки овощные, фруктовые и ягодные	10	150	0,75	0,00	15,15	63,60
	<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>	<b>105,32</b>					

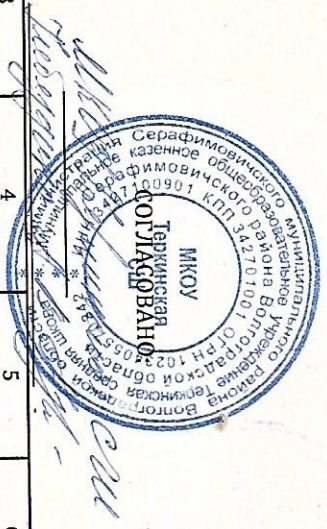




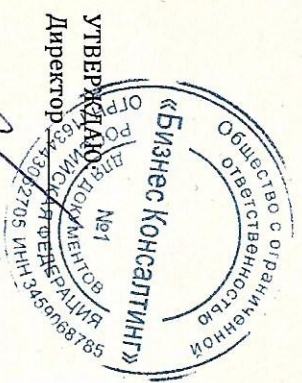
1 Коргоножко ЕЮ 2 3 4 5 6 7

188/2017М	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущеным 170/30	58,32	200	14,70	15,40	43,77	372,48
338/2017М	Фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
376/2017М	чай с сахаром	10	200	0,07	0,02	15	60
	<b>ИТОГО</b>		<b>500</b>	<b>15,17</b>	<b>15,82</b>	<b>68,57</b>	<b>479,48</b>

<b>2 завтрак</b>							
П.Т	печенье	5	28	4,35	16,95	15,60	117,00
389	соки овощные, фруктовые и ягодные	10	150	0,75	0,00	15,15	63,60
	<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>		<b>105,32</b>				







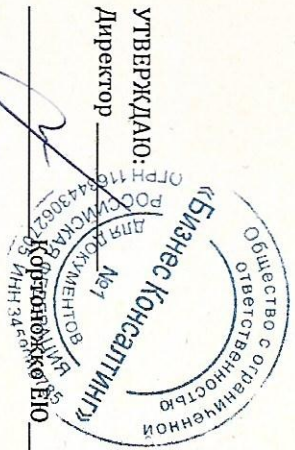
Коргоножко ЕЮ



5 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование блюд	Цена рубли	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
<b>1 неделя</b>							
1	свекла отварная с растительным маслом	10	60	0,84	3,6	4,96	55,68
	Плов с птицей	55	200	13,54	12,46	25,20	269,60
	Хлеб пшеничный	5,32	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	Сок фруктовый	20	200	1	0	24,62	136,48
	<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>18,54</b>	<b>16,46</b>	<b>74,10</b>	<b>555,28</b>
<b>2 завтрак</b>							
386	кисломолочный продукт	15	150	4,35	3,75	6,00	75,00
<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>		<b>105,32</b>					





УТВЕРЖДАЮ:  
Директор \_\_\_\_\_

2 неделя

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб/ли	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	

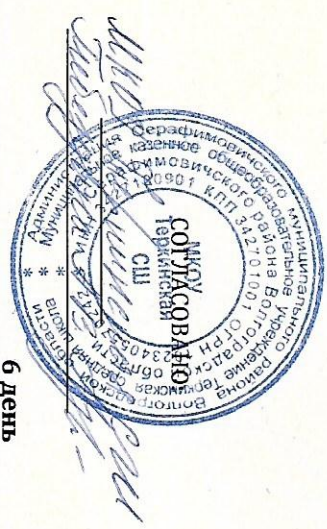
Завтрак

6 день

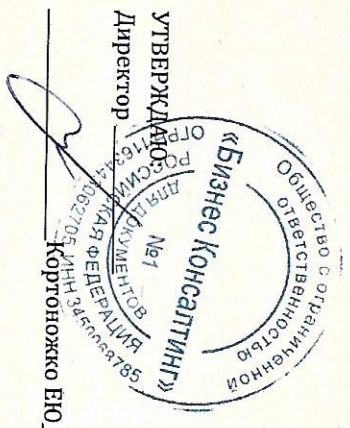
182/2017М	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	23	200	7,25	10,26	30,50	233,34
П.Г	сдобное изделие сладкое	27	45	7,20	8,90	15,80	171,80
338/2017М	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010М	Хлеб пшеничный	3,32	20	1,58	0,2	9,66	46,76
377/2017М	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого		565	16,6	19,8	81,0	560,9

2 завтрак

386	кисломолочный продукт	15	150	4,35	3,75	6,00	75,00
<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>				<b>105,32</b>			







2 недели

7 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/ли	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
				<b>Завтрак</b>			
70/71/2017М	овощи в нарезке по сезону (помидор)	15	60	0,66	0,12	2,16	13,2
77/3/2022-331/2017М	Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	45	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62
203/2017М	Макаронны отварные с маслом	10	100	3,60	3,26	21,87	131,20
349/2017М	Компот из сухофруктов	10	200	0,66	0,09	32,03	132,8
701/2010М	хлеб пшеничный	3,32	20	1,58	0,2	9,66	46,76
	Итого		500	14,82	16,82	72,89	504,58
338/2017М	Фрукт свежий (яблоко)	22	100	<b>2 завтрак</b>			
	<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>			0,40	0,40	9,80	47,00
				<b>105,32</b>			



«Бизнес Консалтинг»  
 Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 ОГРН 1163440002705  
 для клиентов  
 №1  
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
 Директор *Кортоножко ЕЮ*

2 недели

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб/ли	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7

8 День

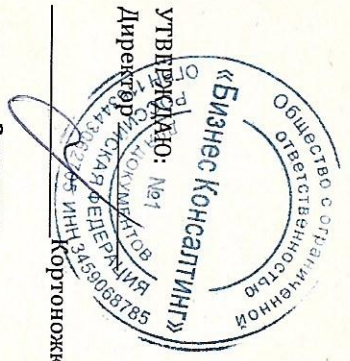
СЕРАФИМОВИЧЕВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
 БОЛТОНОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГСКОЙ ОБЛАСТИ  
 ОГРН 500901 КПП 521701001  
 Теряинская  
 СОТМАСОВИЧЕВСКОЕ  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
 БОЛТОНОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГСКОЙ ОБЛАСТИ  
 ОГРН 500901 КПП 521701001

70/71/2017М	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	15	60	0,48	0,06	1,02	6
77/6/2022	Котлеты мясосокапустаные из п./ф. высокой степени готовности	45	100	9,93	12,66	5,76	176,70
171/2017М	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	10	100	2,47	3,2	24,33	135,7
377/2017М	Чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010М	хлеб пшеничный	5,32	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>16,17</b>	<b>16,34</b>	<b>65,63</b>	<b>473,92</b>

Завтрак

п.т	пирожок	5	30	5,10	5,30	26,10	174,00
389	соки овощные, фруктовые и ягодные	10	150	0,75	0,00	15,15	63,60
	<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>			<b>105,32</b>			





2 неделя

Коргоножко ЕЮ

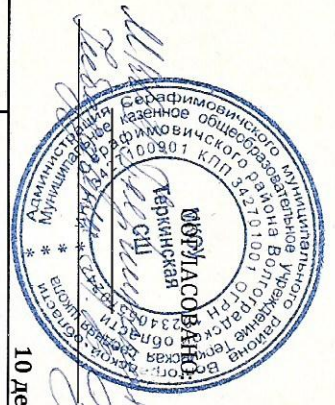
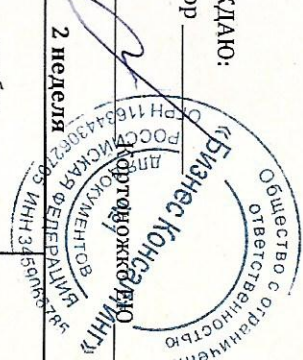


9 день

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Завтрак</b>							
131/2017М	овощи консервированные (зеленый горошек)	20	60	1,35	0,18	7,92	38,52
77-2/2022/332/2017М	биточки, котлеты куриные из п.ф высокой степени готовности с соусом	45	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85
171/2017М	каша гречневая рассыпчатая с маслом	12	100	5,53	4,20	24,00	155,80
376/2017М	чай с сахаром	10	200	0,07	0,02	15	60
701/2010М	хлеб пшеничный	3,32	20	1,58	0,2	9,66	46,76
<b>ИТОГО</b>				<b>18,710</b>	<b>15,930</b>	<b>63,650</b>	<b>448,93</b>
<b>2 завтрак</b>							
П.Т	печенье	5	28	4,35	16,95	15,60	117,00
389	соки овощные, фруктовые и ягодные	10	150	0,75	0,00	15,15	63,60
<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>				<b>105,32</b>			



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор \_\_\_\_\_



№ рец.	по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/ли	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
					Б	Ж	У	Б	Ж	У		
1	1	2	3	4	5	6	7					
67/2017		винегрет овощной	20	60	0,78	2,70	4,62				45,60	
77/4/2022		Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	41	100/5	12,83	12,97	10,27				209,13	
125/2017М		картофель отварной с маслом	9	100	2,02	3,96	13,97				105,00	
701/2010М		Хлеб пшеничный	5,32	40	3,16	0,4	19,32				93,52	
377/2017М		чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2				62	
		<b>Итого</b>		<b>505</b>	<b>18,92</b>	<b>20,05</b>	<b>63,38</b>				<b>515,25</b>	
		<b>2 завтрак</b>										
386		кисломолочный продукт	15	150	4,35	3,75	6,00				75,00	
		<b>Итого за завтрак и второй завтрак</b>	<b>105,32</b>									

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

№	период	Итого	Выход в гр	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность
				Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7				
		<b>Итого за весь период</b>	6656	211,006	230,880	887,460				6252,51
		<b>Среднее значение за период</b>	665,6	21,1006	23,088	88,746				625,251
		<b>Норма завтрака по СанПин 25%-30% ± 5%</b>	600	19,25-23,1	19,75-23,7	83,75-100,5				587,5-705

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Улейпродинформ, 2004. - 640с.  
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций/Сборник технических нормативов. ФГФУ НИЦЗД 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. Мотильяна и В.А. Тугельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2011. - 544с.  
 Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тугельян В.А.