

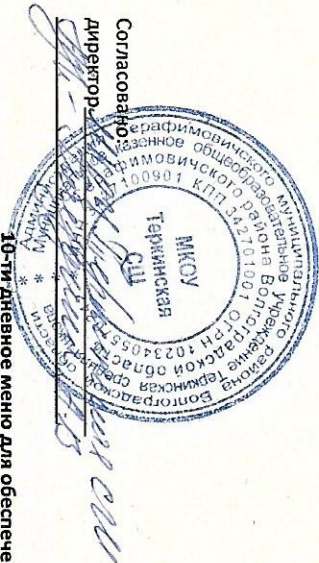
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Завтрак				Энергет. ценность	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет

Неделя 1/ день 1												
181/2017М	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	36	200	250	7,55	9,44	9,74	12,17	28,67	35,87	232,54	290,67
396/2017М	блинчики (оладьи) с молоком ступенным	27	70	70	4,80	4,80	4,78	4,78	14,26	14,26	119,26	119,26
382/2017М	какао с молоком	15	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6
338/2017М	фрукт свежий (блок)	22	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6
701/2010М	Хлеб пшеничный	5,32	30	30	2,37	2,37	0,3	0,3	14,49	14,49	70,14	70,14
	Итого	105,32	700	750	22,88	24,77	21,90	24,33	92,58	99,78	659,14	717,27

Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%

500 550

15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------



10-ти дневное меню для обеспечения питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	вес блюда		Завтрак		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Y	7-11 лет	12-18 лет

Неделя 1/ День 2												
47/2017 м	капуста квашеная	20	60	100	1,02	1,7	3	5	5,07	8,45	52,5	87,5
77/1/2022/54-Зсц/2022н	котлета рыбная из п./ф. высокой степени готовности с соусом	45	100/20	100/20	12,3	12,3	8,9	8,9	6,9	6,9	156,9	156,9
125/2017м	картофель отварной с маслом	19	150	150	3,03	3,03	5,94	5,94	20,98	20,98	157,50	157,50
701/2010м	хлеб пшеничный	5,32	30	30	2,37	2,37	0,3	0,3	14,49	14,49	70,14	70,14
349/2017м	компот из сухофруктов	16	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,03	32,03	132,8	132,8
	Итого	105,32	560	600	19,38	20,06	18,23	20,23	79,47	82,85	569,84	604,84
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Согласовано
 Директор *[Подпись]*

10-ти дневное меню для обеспечения двуразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет



Утверждено
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 /Коргоножко Е.Ю.

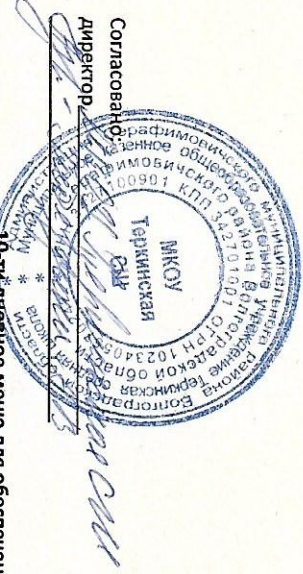
№ 1
 ДИПЛОМ
 «Бизнес Консалтинг»
 Общество с ограниченной ответственностью

№ рец. по бор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

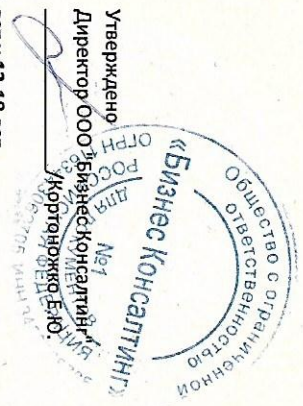
Неделя 1/ день 3

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	25	60	100	Завтрак		0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22
					Б	У						
77-2/2022/	биточки, котлеты куриные из п.ф высокой степени готовности с соусом	45	100/20	100/20	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85
332/2017м		15	150	150	5,40	5,40	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	5,32	30	50	2,37	3,95	0,3	0,5	14,49	24,15	70,14	116,90
701/2010м	хлеб пшеничный	105,32	560	620	18,75	20,78	16,67	16,95	71,72	82,82	489,99	545,55
Итого			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%



10-ти дневное меню для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет



№ рещ. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		

Неделя 1/ День 4

Завтрак

188/2017м	Запеканка рисовая с творогом и молоком	63	200	250	14,70	18,37	15,40	19,25	43,77	54,71	372,48	465,60
338/2017м	смузи	22	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
701/2010м	фрукт свежий (яблоко)	5,32	30	30	2,37	2,37	0,3	0,3	14,49	14,49	70,14	70,14
376/2017м	хлеб пшеничный	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
	чай с сахаром	105,32	530	580	17,54	21,21	16,12	19,97	83,06	94,00	549,62	642,74
	Итого											
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Согласовано
 Директор
 [Подпись]

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

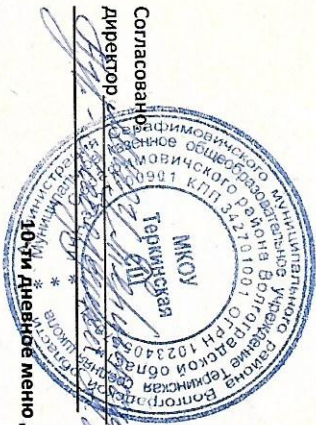
Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 [Подпись]
 Кортоножко Е. Ю.

№ п/п по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Энергет. ценность ккал		

Неделя 1/ день 5

№ п/п	Наименование блюд	Цена руб.	вес блюда	12-18 лет	Завтрак				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет				
52/2017М	свекла отварная с растительным маслом	15	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,27	55,68	92,8
291/2017М	Плов с птицей	65	200	200	13,54	13,54	12,46	12,46	25,20	25,20	269,60	269,60
701/2010М	хлеб пшеничный	5,32	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,90	116,90
389/2017М	Сок фруктовый	20	200	200	1	1	0	0	24,62	24,62	136,48	136,48
Итого		105,32	510	550	19,33	19,89	16,56	18,96	78,93	82,24	578,66	615,78

Норма завтрака по СанПиН 20% ± 25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
---	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------



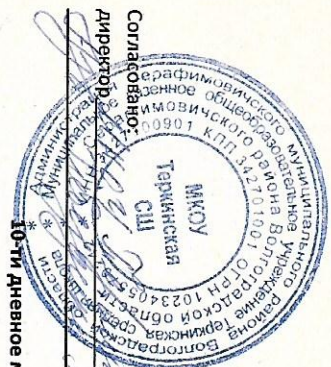
Утверждено
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Коробочко Е.Ю.
 «Бизнес Консалтинг»
 Общество с ограниченной
 ответственностью
 ОГРН 58443069706

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		

Неделя 2/ день 6

Завтрак

182/2017М	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	36	200	250	7,25	9,06	10,26	12,82	30,50	38,12	233,34	291,67
П.Т	сдобное изделие сладкое	27	45	45	7,20	7,20	8,90	8,90	15,80	15,80	171,80	171,80
338/2017М	фрукт свежий (яблоко)	22	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
701/2010М	Хлеб пшеничный	5,32	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
377/2017М	чай с сахаром и лимоном	15	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
	Итого	105,32	585	635	18,1	20,0	20,0	22,5	90,6	98,2	607,7	666,0
	Норма завтрака по СанПиН 20% ± 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-96,75	470-587,5	544-680



10-ти дневное меню для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

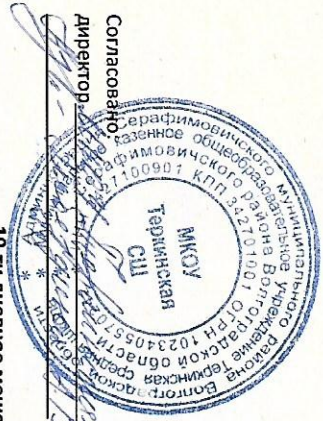


№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	

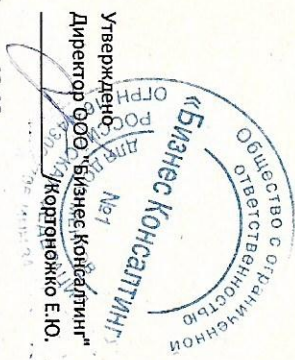
Неделя 2/ день 7

Завтрак

70/71/2017М	овощи в нарезке по сезону (помидор)	24	60	100	0,66	1,12	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22
77/3/2022-	Котлеты Домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	45	100/20	100/20	8,32	8,32	13,15	13,15	7,17	7,17	180,62	180,62
331/2017М	Макаронны отварные с маслом	15	150	150	5,40	5,40	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80
203/2017М	Компот из сухофруктов	16	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,03	32,03	132,8	132,8
349/2017М	Хлеб пшеничный	5,32	30	30	2,37	2,37	0,3	0,3	14,49	14,49	70,14	70,14
701/2010М	Итого	105,32	560	600	17,41	17,87	18,56	18,64	88,65	90,09	593,56	602,36
Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



10-ти дневное меню для обеспечения двуразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет



№ реч. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Неделя 2/ День 8

Завтрак

70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	25	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10
77/6/2022	Котлеты мяскокапустные из п./ф. высокой степени готовности	40	100	100	9,93	9,93	12,66	12,66	5,76	5,76	176,70	176,70
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	20	150	180	3,7	4,43	4,8	5,86	36,5	43,8	203,5	244,2
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	15	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
701/2010м	хлеб пшеничный	5,32	50	50	3,85	3,95	1,20	0,5	26,70	24,15	133,00	116,90
	Итого	105,32	560	630	18,09	19,24	18,74	19,14	85,18	90,61	581,20	609,80

Норма завтрака по СанПиН 20%±25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
---------------------------------------	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------

Согласовано:
 директор *И.И.И.*
 МКОУ
 Теримская
 СШ
 10234055
 10234055
 10234055

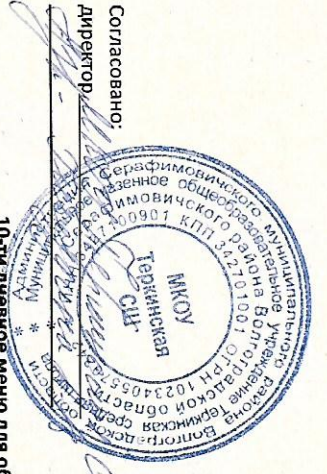
«Бизнес Консалтинг»
 Общество с ограниченной
 ответственностью
 Утверждено. Документ №1
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Корноножко Е.Ю.

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У		7-11 лет	12-18 лет

Неделя 2/ День 9

Завтрак

131/2017М	овощи консервированные (зеленый горошек)	25	60	100	1,35	2,25	0,18	1,97	7,92	13,20	38,52	64,20
77-2/2022/ 332/2017М	Биточки, котлеты куриные на п.ф высокой степени готовности с соусом	45	100/20	100/20	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85
171/2017М	каша гречневая рассыпчатая с маслом	15	150	180	8,30	9,95	6,30	7,56	36,00	43,20	233,70	280,44
376/2017М	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701/2010М	хлеб пшеничный	5,32	30	50	2,37	3,95	0,3	0,5	14,49	24,15	70,14	116,90
	Итого	105,32	560	650	22,27	26,4	18,13	21,38	80,48	102,62	550,21	669,39
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет



№ рец. по бор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал		

Неделя 2/ день 10

№ рец. по бор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Завтрак				Энергет. ценность			
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
67/2017	винегрет овощной	25	60	100	0,78	1,30	2,70	4,50	4,62	7,70	45,60	76,00
77/4/2022	Котлеты печеночные из п.ф. высокой степени готовности, с маслом	41	100/5	100/5	12,83	12,83	12,97	12,97	10,27	10,27	209,13	209,13
125/2017M	картофель отварной с маслом	19	150	150	3,03	3,03	5,94	5,94	20,98	20,98	157,50	157,50
701/2010M	хлеб пшеничный	5,32	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,90	116,90
377/2017M	чай с сахаром и лимоном	15	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
	Итого	105,32	565	605	20,72	21,24	22,13	23,93	75,22	78,30	591,13	621,53
	Норма завтрака по СанГин 20% ± 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
	Всего за 10 дней		4695,00	5115,00	170,24	186,62	161,77	179,02	758,11	830,67	5170,28	5664,12
	Средний суточный рацион		469,5	511,5	17,02	18,66	16,18	17,90	75,81	83,07	517,03	566,41

Норма завтрака по СанГин 20% ± 25% ± 5%

500 550

15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------

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