



Согласовано:

Директор: *С. В. Буменова*

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

03.04.2023г.

№ рецепта по сбору	Наименование блюда	Цена руб. блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/g				Энергет. ценность		Витамины (мг)	
				Б	Ж	У	кал	с			

Вариант 1

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна. - 2017г. - 544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах
Под редакцией В.Т. Лапшиной - М. 2004 - 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочникам. ДеЛи Принт, 2008. - 276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А.

Завтрак

54-16х	каша молочная Дружба	30,00	200	200	7,84	7,84	9,22	9,22	39,51	39,51	272,00	272,00	0,72	0,72
369	блинчики со сметаной и молоком	17	70	70	9,88	9,88	4,75	4,75	2,3	2,3	91,98	91,98	0,74	0,74
701	пирожки с яблоком	5,26	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
338	фрукт салат (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	итого	82,28	600	600	20,5	20,5	15,11	15,11	82,83	82,83	550,78	550,78	11,76	11,76
	Норма завтрака по СанПиН 70%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-21	67-83,75	78,6-95,75	470-587,5	544-680		

Согласовано

Директор ОУ К. В. Буянова



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

04.04.2023г.

№ рецепта по сбору	Наименование блюд	Цена руб. блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/g			Энергетическая ценность		Витамины (мг)	
				Б	Ж	У	ккал		с	
	2		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	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией И.Л. Могилюк и В.А. Тутельяна. - 2017-544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - Под редакцией В.Т. Лалышовой. - М. 2004- 640с. Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - ДеЛи Принт, 2008 -276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А.

Завтрак

101	консервы закусочные (икра кабачковая)	12	60	100	1,64	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111	0	0
ТТК 712	курица куриная из п/ф высокой степени готовности	29	100	100	15,85	15,85	9,50	9,50	16,14	16,14	220,00	220,00	3,73	3,73
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
203	макаронные изделия отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,26	30	40	2,31	3,08	0,72	1,00	16,02	21,36	79,80	114,40	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	79,26	560	610	25,61	27,47	18,95	21,11	90,08	101,24	639,62	718,22	4,29	4,29
	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	78,6-95,75	470-587,5	544-680		

Согласовано:

Директор: *О.В. Буянова*



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

05.04.2023г.

№ рец по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) С
				Б	Ж	У		

Вариант 3
Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544с; Сборник рецептур и кулинарные изделия для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.: ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	35	250	300	5,47	6,90	4,75	5,70	17,95	21,54	150,00	180,00	0,11	0,11
14/2017м	масло сливочное	13	10	10	0,8	0,8	7,25	7,25	0,13	0,13	66	66	0,04	0,04
ПТ	печенье топленое молоко	12	30	30	5,9	5,9	6	6	15,8	15,8	139,2	139,2	0,04	0,04
701/2010м	хлеб пшеничный	6,26	40	40	3,16	3,16	0,40	0,40	19,32	19,32	96,52	96,52	0,00	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	18	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	итого	82,26	530,0	580,0	15,6	16,9	18,4	19,4	68,4	72,0	513,7	543,7	0,5	0,5
	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	78,8-95,75	470-517,5	544		



Составлено:

Директор: *Буянова* К.В. Буянова



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

06.04.2023 г

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал		Витамины (мг) С	
				Б	Ж	У	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет

Вариант 4

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна. - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной. -М. 2004- 640с;

Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочником; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А

ТТК 771	котлеты рыбные из п/ф высокой степени готовности	39	100	100	12,30	12,30	4,70	4,70	6,90	6,90	119,00	119,00	0,70	0,70
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша пшеничная рассыпчатая с маслом	20	150	180	3,70	4,43	6,84	8,20	39,06	46,87	232,60	279,00	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,28	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,26	510	550	19,49	20,99	13,55	15,16	83,72	96,87	542,02	617,02	1,26	1,26
	Норма затрата 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	470-567,5	544-680		



Самсофано

Директор: *С. В. Бузнова*

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

04.04.2023г.

№? рец по сбср	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность	Витамины (мг)
				Б 7-11 лет 12-18 лет	Ж 7-11 лет 12-18 лет	У 7-11 лет 12-18 лет	ккал 7-11 лет 12-18 лет	С 7-11 лет 12-18 лет

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией В.Т. Лапшиной. -М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. -М ДеЛи Принт 2008.276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

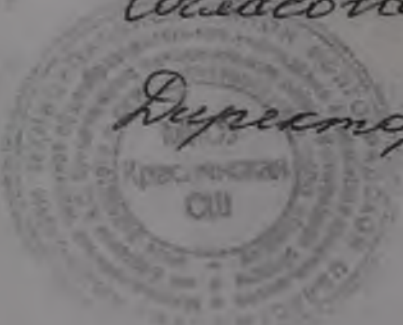
Завтрак

47	капуста квашеная с растительным маслом	15	60	100	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,46	51,42	85,70	0,35	0,35
ТТК 77/Б	тефтели "Оригинальные" из п/ф высокой степени готовности	30	100	100	10,00	10,00	13,30	13,30	2,30	2,30	169,00	169,00	0,35	0,35
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша рассыпчатая пшениая	13	150	150	8,30	8,30	6,30	6,30	36,00	36,00	233,70	233,70	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,26	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	82,26	550,0	600,0	21,3	22,8	24,1	26,3	70,7	79,4	585,3	646,2	1,3	1,3
	Норма завтрака по СанПиМ 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: *М.С.В. Буянова*



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

10.04.2023

№ рец по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/g/l				Энергет. ценность		Витамин (мг)	
				Б	Ж	У	ккал	с			
1	2		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	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет		

Вариант 6

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна. - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией ВТ Лапшиной -М 2004- 640с.

Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочникам.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В А

182	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	32	200	200	9,08	9,08	10,52	10,52	34,72	34,72	269,88	269,88	0,48	0,48
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
15	сыр горцига	15	10	10	2,63	2,63	2,66	2,66	0,00	0,00	36,00	36,00	0,21	0,21
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,26	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
	Итого	82,26	550	560	15,26	16,03	14,6	14,85	81,08	86,42	527,28	555,88	10,99	10,99
	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		

Составлено:

Директор: *О.В. Буменова*



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

11.04.2023

№ рец по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г				Энергетическая ценность ккал 7-11 лет 12-18 лет	Витамины (мг) С 7-11 лет 12-18 лет
				Б 7-11 лет 12-18 лет	Ж 7-11 лет 12-18 лет	У 7-11 лет 12-18 лет	У 7-11 лет 12-18 лет		

Вариант 7

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, -2017г 544с, Сборник рецептур и кулинарных моделей для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004.- 640с. Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочникам., Делта Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А.

Завтрак

52	свекла отварная с маслом	12	60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	82,8	0,07	0,07
ГТК 77/2	биточки куриные из п/ф высокой степени готовности	29	100	100	10,86	10,86	8,50	8,50	15,76	15,76	182,98	182,98	3,73	3,73
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша гречневая рассыпчатая	18	150	150	8,3	9,95	6,3	7,56	36	43,2	233,7	280,44	0	0
701	ягодный напиток	5,26	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
376	чай с сахаром каркаде	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,28	550	600	21,99	25,01	19,89	23,8	83,8	99,64	601,58	712,04	4,36	4,36
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 26% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	19-23	67-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544-680		

Смачавамо



Директор: М-С. В. Туенова



10-ти дневно меню за обезбеђење топлим храном обучавајућих старосне групе 7-11 година и 12-18 година

12.04.2023

№ по списку	Наименование блюда	Цена руб. блюдо	вес блюда		Пищевые вещества ^{1/}				Энергетическая ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	кДж	с	с	

Сборник рецептов под редакцией МП Могиловой и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Галаганой -М 2004- 640с; Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник -М.; ДеЛи Принт, 2008 -276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

101	консерв. закуски (икра кабачковая)	12	60	100	1,64	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111	0	0
205	бургер из отварного мяса птицы	37,00	90	100	10,91	12,12	13,76	15,28	9,90	11,00	208,00	232,00	0,30	0,30
203	макарони отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,26	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
276	чай сахарный	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	84,28	530	580	20,33	22,63	22,22	25,62	82,44	89,36	612,4	679,6	0,6	0,6
	Факт. затраты по Се-Гиди 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	78,5-95,75	470-587,5	544-675		

Согласовано:

Директор: *С. В. Руменова*



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

13.04.2023

№ рецептур по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Витамины (мг)			
				Б		Ж		У		ккал		С	
				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

Вариант 9

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией В.Т. Лелшиной -М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочником.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

291	Плов из птицы	48	250	250	23,18	23,18	13,08	13,08	31,50	31,50	337,00	337,00	0,60	0,60
47	Магуста квашеная с растительным маслом	15	60	100	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,46	51,42	85,70	0,35	0,35
701	Хлеб пшеничный	5,26	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,60	0,60
377	Чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	84,26	550	600	27,41	28,86	17,1	19,35	73,13	81,86	564,82	627,7	1,25	1,25
	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: *О.С. В. Чурикова*

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

14.04.2023

№ рац по сбор	Наименование блюда	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
				Б 7-11 лет 12-18 лет	Ж 7-11 лет 12-18 лет	У 7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет		

Вариант 10

Завтрак

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией В.Т. Лапиной -М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - ДеЛи Принт, 2008.-276с Скурутин И.М., Тутельман В.А

ТТК 772	котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	29	100	100	15,85	15,85	9,50	9,50	16,14	16,14	220,00	220,00	3,73	3,73
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
203	макарроны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
376	каш с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,26	20	30	1,54	2,31	0,46	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
338	сметана свежая (жирная)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
	Итого	82,26	590	600	23,60	24,37	16,29	16,53	86,02	91,36	593,02	619,62	14,29	14,29
	Норма завтрака по СанПиН 2019-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	87-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544		
	Всего за 10 дней	5 520,00	5 880,00	210,98	225,83	180,22	157,23	802,18	880,95	5 732,58	6 276,89	86,58	86,58	
	Средней суточный рацион	552	588	21,10	22,55	18,02	15,72	80,22	88,10	573,06	627,08	8,66	8,66	
	Норма завтрака по СанПиН 2019-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	87-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544		



Согласовано:

Директор: *С. В. Буменова*

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

14.04.2023г.

№ рец по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность		Витамины (мг)	
					Б		Ж		У		ккал	
1	2		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

Вариант 1

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г. - 544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах
Под редакцией В.Т. Лапшиной -М 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочникам., ДеЛи Принт, 2008. -276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А.

Завтрак

54-16к	каша молочная Дружба	30,00	200	200	7,84	7,84	9,22	9,22	39,51	39,51	272,00	272,00	0,72	0,72
399	блинчики со сгущенным молоком	17	70	70	9,88	9,88	4,75	4,75	2,3	2,3	91,98	91,98	0,74	0,74
701	хлеб пшеничный	5,26	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
378	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,26	600	600	20,5	20,5	15,11	15,11	82,83	82,83	550,78	550,78	11,76	11,76
	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	544-650		

Согласовано

Директор ОУ К. В. Буянова



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

18.04.2013г.

№ рец по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергетическая ценность		Витамины (мг)	
				Б	Ж	У	ккал		С	
1	2		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	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг, Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с, Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочникам. ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

101	консервы закусочные (икра кабачковая)	12	60	100	1,64	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111	0	0
ТТК 772	котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	29	100	100	15,85	15,85	9,50	9,50	16,14	16,14	220,00	220,00	3,73	3,73
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
203	макаронны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,26	30	40	2,31	3,08	0,72	1,00	16,02	21,36	79,80	114,40	0,00	0,00
375	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	79,26	560	610	25,61	27,47	18,95	21,11	90,08	101,24	639,62	718,22	4,29	4,29
			500	550	15,4-18,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	78,6-95,75	470-587,5	544-680		

Согласовано:

Директор: *О.В. Буянова*



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

19.04.2023г.

№ рецептур по сбор.	Наименование блюд	Цена руб. блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал 7-11 лет 12-18 лет	Витамины (мг) С 7-11 лет 12-18 лет
				Б	Ж	У		

Вариант 3

Сборник рецептур под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544стр, Сборник рецептур и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Завтрак

Под редакцией В.Т. Лалшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочникам.: ДеЛи Принт, 2008 -276с. Схрутин И.М., Тутельман В.А

120/2017	Мусл молочный с макаронными изделиями	35	250	300	5,47	6,50	4,75	5,70	17,95	21,54	150,00	180,00	0,11	0,11
14/2017	Место порциями	13	10	10	0,8	0,8	7,25	7,25	0,13	0,13	66	66	0,04	0,04
П.Т	печенье топленое молоко	12	30	30	5,9	5,9	6	6	15,8	15,8	139,2	139,2	0,04	0,04
701/201	См. хлеб пшеничный	6,26	40	40	3,16	3,16	0,40	0,40	19,32	19,32	96,52	96,52	0,00	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	18	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	82,26	530,0	580,0	15,5	16,9	18,4	19,4	68,4	72,0	513,7	543,7	0,5	0,5
	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		

Составлено:

Директор: *О.В. Буянова*



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

20.04.2023 г

№ рецепта по сбору	Наименование блюд	Цена руб. блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г				Энергетическая ценность		Витамины (мг)			
				Б		Ж		У		ккал		С	
				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
Вариант 4													

Сборник рецептов под редакцией М.П. Мопильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной -М. 2004- 640с

Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочникам.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

ТТК 771	клетель рыба из п/ф высокой степени готовности	39	100	100	12,30	12,30	4,70	4,70	6,90	6,90	119,00	119,00	0,70	0,70
231	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша пшеничная рассыпчатая с маслом	20	150	180	3,70	4,43	6,84	8,20	39,06	46,87	232,60	279,00	0,00	0,00
761	хлеб пшеничный	5,26	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
37E	чай с сахаром	5	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,26	510	550	19,49	20,99	13,55	15,16	83,72	96,87	542,02	617,02	1,25	1,26
	Усила затрат 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	542-617		



Сочасо Кано



Директор: *[Signature]* /с. В. Бузнова/

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

21.04.2023г.

№ рецепта	Наименование блюд	Цена руб. блюдо	вес блюда	Пищевые вещества/г				Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
				7-11 лет 12-18 лет		7-11 лет 12-18 лет			
1	2		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	7-11 лет 12-18 лет	

Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г. 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией В.Т. Лапшиной -М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. -М. ДеЛи Принт 2008.276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

47	салата овощная с растительным маслом	15	60	100	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,46	51,42	85,70	0,35	0,35
ТТК 775	гафтели "Оригинальные" из п/ф высокой степени готовности	30	100	100	10,00	10,00	13,30	13,30	2,30	2,30	169,00	169,00	0,35	0,35
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша рассыпчатая пшениная	13	150	150	8,30	8,30	6,30	6,30	36,00	36,00	233,70	233,70	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,26	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
377	чай с сахаром в лимонном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	82,26	550,0	600,0	21,3	22,8	24,1	26,3	70,7	79,4	585,3	646,2	1,3	1,3
	Норма завтрак по СанПиН 20% - 25% + 5%		500	550	16,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544-680		

Согласовано:

Директор: *М. С. В. Буянова*



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

24.04.2023

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Цена руб. блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/g/l			Энергет. ценность ккал		Витаминь (мг) с	
				Б	Ж	У	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет
1	2									

Вариант 6

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией В.Т. Лапшиной -М 2004- 640с

Таблица Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочником.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

122	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	32	200	200	9,08	9,08	10,52	10,52	34,72	34,72	269,88	269,88	0,48	0,48
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
15	чай горячий	15	10	10	2,63	2,63	2,66	2,66	0,00	0,00	36,00	36,00	0,21	0,21
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,26	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
	Итого	82,26	550	560	15,26	16,03	14,6	14,85	81,08	86,42	527,28	555,88	10,99	10,99
	Итого затрат по СанПиН 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	16-22,5	15,6-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-660		

Составлено:

Директор: *О.В. Буменова*



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

2.5.04.2023

№ рец по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/g			Энергет. ценность ккал 7-11 лет 12-18 лет	Витамины (мг) с 7-11 лет 12-18 лет
				Б 7-11 лет 12-18 лет	Ж 7-11 лет 12-18 лет	У 7-11 лет 12-18 лет		

Вариант 7

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, -2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Латвиной.-М. 2004- 640с, Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочником.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А.

Завтрак

52	свежета отварная с маслом	12	60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8	0,07	0,07
ГТК 77/2	биточки куриные из п/ф высокой степени готовности	29	100	100	10,86	10,86	8,50	8,50	15,76	15,76	182,98	182,98	3,73	3,73
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша гречневая рассыпчатая	18	150	150	8,3	9,95	6,3	7,56	36	43,2	233,7	280,44	0	0
701	хлеб пшеничный	5,26	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
376	чай с сахаром каркаде	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,28	550	600	21,99	25,01	19,89	23,8	83,8	99,64	601,58	712,04	4,36	4,36
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-18,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544-680		

Сомасо кино

Директор: М.-К. В. Туменова



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

26.04.2023

№ рец по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда 7-11 лет 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность		Витамины (мг)	
				Б	Ж	У	ккал		с	
1	2		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	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет	7-11 лет 12-18 лет

Вариант В

Сборник рецептур под редакцией ИП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с. Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной -М 2004- 640с. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник -М.: Делта Принт, 2008 -276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

101	консервы закусочные (икра кабачковая)	12	60	100	1,64	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111	0	0
246	гуляш из стварного мяса птицы	37,00	90	100	10,91	12,12	13,76	15,28	9,90	11,00	208,80	232,00	0,30	0,30
203	макароны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,26	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
376	чай сахарный	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	84,26	530	580	20,33	22,63	22,22	25,62	82,44	89,36	612,4	679,6	0,6	0,6
	Норма завтрака по Сан-Пин 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: *С. В. Жукова*



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

27.04.2023

№ ре- по сбор	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность		Витамин (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У		ккал		с	
					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

Вариант 9

Сборник рецептов под редакцией М.П. Мсильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и фирменных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Галшиной -М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочники. ДеЛи Принт, 2008 -276с Скурутин И.М., Тутельман В.А.

Завтрак

291	Пюре из тыквы	48	250	250	23,18	23,18	13,08	13,08	31,50	31,50	337,00	337,00	0,60	0,80
47	Запеканка творожная с растительным маслом	15	60	100	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,46	51,42	85,70	0,35	0,35
701	Каша пшеничная	5,28	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,60	0,00
377	Мед с орехами и пшеницей	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	84,26	550	600	27,41	28,86	17,1	19,35	73,13	81,86	564,82	627,7	1,25	1,28
	Итого завтрака по СанПиН 20%-25% + 5%		500	550	15,4-18,25	18-22,5	15,8-18,75	18,23	67-83,75	76,6-92,75	470-587,5	544,5		



Составлено:

Директор: *Р. С. В. Чуменов*

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

28.04.2023

№ п/п по сбору	Наименование блюда	Цена руб. блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/г/л						Энергетическая ценность		Витамины (мг)	
					Б		Ж		У		ккал		С	
					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

Вариант 10

Оборудование рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией В.Т. Лапшиной -М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочникам, ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А.

Завтрак

711 712	котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	29	100	100	15,85	15,85	9,50	9,50	16,14	16,14	220,00	220,00	3,73	3,73
231	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,25	0,26
203	макарроны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,26	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
336	сок яблочный (яблочный)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
	Итого	82,26	590	600	23,60	24,37	16,29	16,53	86,02	91,36	583,02	619,62	14,29	14,29
	Норма завтрака по СанПиН 2014-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	87-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544-680		
	Всего за 10 дней	822,60	5900,00	6000,00	236,00	243,70	162,90	165,30	860,20	913,60	5830,20	6196,20	142,90	142,90
	Средний суточный рацион	82,26	590	600	23,60	24,37	16,29	16,53	86,02	91,36	583,02	619,62	14,29	14,29
	Норма завтрака по СанПиН 2014-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	87-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544-680		