



Согласовано:
директор МКОУ Клетско-Поговской СШ
Сидорова А.В.



№1 Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

Перспективное

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) школьников возрастной группы 7-11 лет

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.
Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин
САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека



«Бизнес Консалтинг»
Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
/Кортоножко Е.Ю.
ОГРН 1163443062705 ИНН 5903033433

Согласовано:
директор МКОУ Клетско-Яхтовской СШ
/Ильченко А.В. /
МКОУ Клетско-Яхтовская СШ
ОГРН 1023403000000

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	7-11 лет	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 1 Понедельник

Завтрак

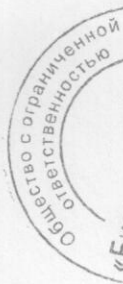
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200	7,55	9,74	28,67	232,54	35
399/2017м	блинчики (оладьи) с молоком стуженным	70	4,80	4,78	14,26	119,26	25
54-21гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	17
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	3,32
	Итого завтрак	600	19,78	18,82	79,89	570,66	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано:

директор МБОУ Князко-Тюховецкая СШ

Князко А.В.



«Бизнес Консалтинг»
№1 Утверждено
для документа
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ОГРН 1163443062705 ИНН

Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценност		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Неделя 1/ день 2 Вторник

Завтрак

47/2017 м	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	52,5	25
77/1/2022	котлета рыбная из п./ф. с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	42
54-3сс/2022н	картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98	157,50	20
125/2017М	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	3,32
701/2010м	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81,2	15
54-1хн/2022н	Итого завтрак	560	19,22	18,14	67,24	518,24	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



«Бизнес Консалтинг»
№ Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
ОГРН 1163443082705 ИНН 5001000000

Согласовано

директор МКОУ Клетско-Жуковской СШ

Иванченко А.В.

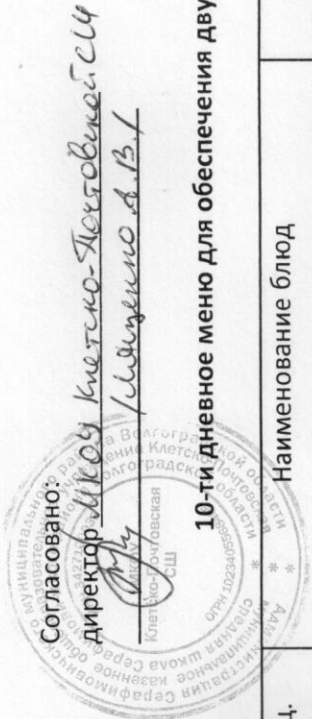
10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность	цена рубли
			Б	Ж	У		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

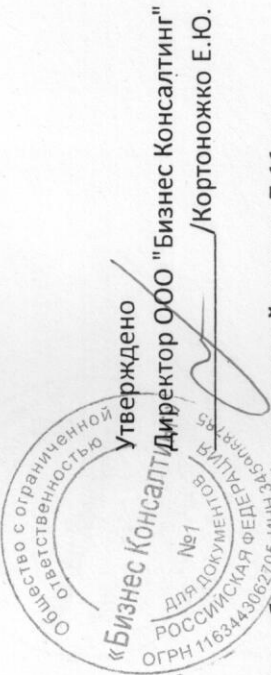
Неделя 1/ день 3 Среда

Завтрак

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	60	0,67	0,12	2,16	13,2	25
77-2/2022/ 332/2017м	биточки, котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	10,07	182,97	45
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	20
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	3,32
	Итого	560	18,92	16,65	70,10	506,63	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67,83,75	470-587,5	



Согласовано: директор МКОУ Клетско-Погорельский СШ
Клетский район, Псковская область



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

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность ккал	цена рубли
			Б	Ж	У		
			7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	
1	2						

Неделя 1/ день 4 Четверг

Завтрак

54-16к/2022н	каша молочная "Дружба"	200	7,84	9,22	39,51	272,00	40
3/2017м	бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,69	8,38	19,38	180,27	25
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	3,32
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	12
	Итого завтрак	590	17,50	18,30	93,56	611,79	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано:
 директор МКОУ Клетско-Покровской СШ
 [подпись] / Ищенко А.В.1

«Бизнес Консалтинг»
 ООО "Бизнес Консалтинг"
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 [подпись] / Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 1/ день 5 Пятница

Завтрак								
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68		25
458/2002г	гречка по купечески с мясом	200	13,20	17,80	30,00	333,00		62
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90		3,32
342/2017м	компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6		15
	Итого завтрак	510	18,15	22,06	86,99	620,18		105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

Согласовано:
 директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ
 [подпись] /Мещеряков А.В./



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

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Неделя 2/ день 6 Понедельник

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,25	10,26	30,50	233,34	40
П.Т	сдобное изделие сладкое	45	7,20	8,90	15,80	171,80	25
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	3,32
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
	Итого завтрак	585	18,3	20,0	86,0	589,2	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



Согласовано:
директор ИКОУ Кметско-Ястребово-СЦ
А.В.А.



«Бизнес Консалтинг»
№1
утверждено
директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	7-11 лет	ккал	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Неделя 2/ день 7 Вторник

Завтрак

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	22
77-3/2022-							
331/2017м	котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62	45
203/2017м	макаронные отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	20
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81,2	15
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	3,32
	Итого завтрак	560	17,25	18,47	76,42	541,96	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Согласовано
 директор МКОУ Клетско-Почтовская СШ
 (подпись) / Клетско-Почтовская СШ

Утверждено
 директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 (подпись) / Коротоножко Е.Ю.

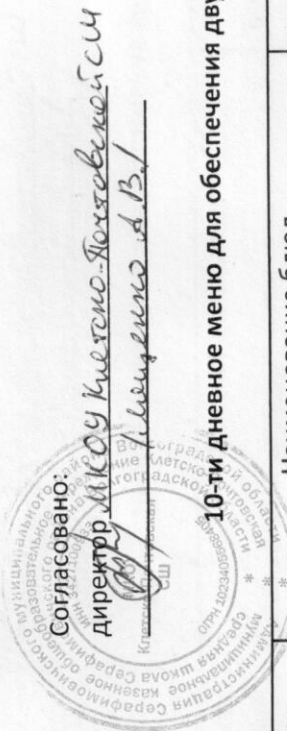
10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность		цена рубли
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 8 Среда

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	25
77-6/2022	котлеты мясосокапустные из п./ф.	100	9,93	12,66	5,76	176,70	45
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,30	6,30	36,00	233,70	20
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	3,32
	Итого завтрак	560	22,86	20,22	80,06	592,92	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 9 Четверг

Завтрак

131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	25
77-2/2022/332/2017м	биточки , котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	10,07	182,97	45
145/2017м	картофель тушеный с луком	150	3,70	4,40	14,60	113,50	20
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	12
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	3,32
	Итого	560	17,8	16,21	57,46	447,51	105,32
	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" Е.Ю. Кортоножко

«Бизнес Консалтинг»
 №1
 для документов
 РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 ОГРН 1163442002705 ИНН 3404009784

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

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

Неделя 2/ день 10 Пятница

Завтрак

67/2017	винегрет овощной	60	0,78	2,70	4,62	45,60	25
77-4/2022	котлеты печеночные из п./ф.с маслом	105	12,83	12,97	10,27	209,13	45
203/2017м	макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	20
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	3,32
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
	Итого завтрак	565	23,26	21,07	82,42	611,95	105,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Всего за 10 дней	5 650,00	193,05	189,90	780,14	5 611,02	
	Средний суточный рацион	565	19,31	18,99	78,01	561,10	

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
--	-----	------------	------------	----------	-----------