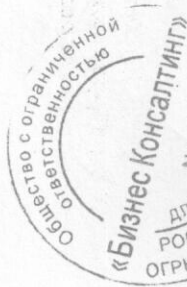




Согласовано:
Директор *И.И. Кузнецов*



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

Перспективное

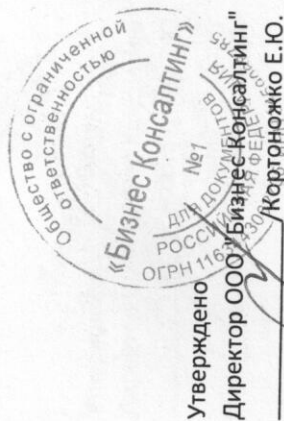
10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) школьников с особенностями питания по здоровью (Диабет) возрастной группы 12-18 лет

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

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.
Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

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

САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".



директор МКОУ Интенс.-Техновской с/ш

Кортоножко Е.Ю.

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Антонович Г. Ю.

Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
							12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Неделя 1/ день 1 Понедельник								
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	250	9,44	12,17	35,87	290,67	35	
п.т	печенье галетное	22	2,20	2,10	15,00	86,50	25	
54-2гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	2,69	61,8	17	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	200	4,08	3,54	17,58	118,6	20	
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32	
	Итого завтрак	702	22,06	21,74	85,96	603,55	100,32	
	Норма завтрак по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		



директор УК «У Казань-Телевизион» СМ

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

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
							12-18 лет	
1	2							
Неделя 1/ день 2 Вторник								
47/2017 м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5	8,45	87,5	25	
77/1/2022								
54-3сс/2022н	котлета рыбная из п./ф. с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	37	
125/2017М	картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98	157,50	20*	
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,80	0,55	24,70	76,63	3,32	
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов без сахара	200	0,5	0	9,82	41,28	15	
	Итого завтрак	620	20,33	20,39	70,85	519,81	100,32	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		



Согласовано

директор МКОУ Костюковской СШ

Иванченко А.В.



«Бизнес Консалтинг»

Утверждено

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

Короткожко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубл
			Б	Ж	У	ккал		
						12-18 лет	12-18 лет	
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Неделя 1/ день 3 Среда

Неделя 1/ день 3 Среда

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	100	1,12	0,2	3,6	22	25
77-2/2022/							
332/2017м	биточки, котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	7,07	147,85	45
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	15
54-3гн/2022н	чай с лимоном без сахара	200	0,3	0	3,58	15,52	12
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,80	0,55	24,70	76,63	3,32
	Итого	620	19,80	16,98	71,75	458,80	100,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



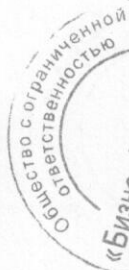
директор МКОУ Князено-Юрьевский с/п

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
							12-18 лет	
1	2							
Неделя 1/ день 4 Четверг								
54-16к/2022н	каша молочная "Дружба"	250	9,80	11,52	40,38	304,40	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	20	
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32	
54-1гн/2022н	чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,4	12	
	Итого завтрак	640	18,77	20,63	84,48	579,05	100,32	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		



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

Согласовано:
директор МКОУ Клетско-Локтевской СШ
МКОУ Клетско-Локтевской СШ
Иванченко А.В.1

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

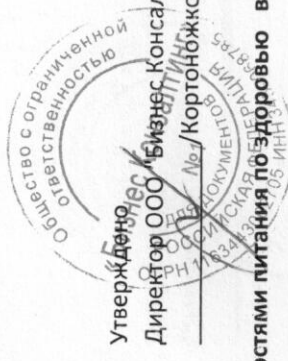
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
						12-18 лет	12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Неделя 1/ день 5 Пятница

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,27	92,8	20
458/2002г	гречка по купечески с мясом	250	16,50	22,25	37,50	416,25	62
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
342/2017м	компот из свежих плодов без сахара	200	0,16	0,16	17,98	74	15
	Итого завтрак	580	19,74	28,74	78,57	629,03	100,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:
директор ИКОУ Клетско-Поховской СШ
Иванченко А.В.1



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Иванченко А.В.1 №1/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	ккал	12-18 лет	

Неделя 2/ день 6 Понедельник

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с маслом	250	9,06	12,82	28,22	264,50		40
п.т	печенье галетное	22	2,20	2,10	15,00	86,50		25
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00		20
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,80	0,55	24,70	76,63		3,32
54-3гн/2022н	чай с лимоном без сахара	200	0,3	0	3,58	15,52		12
	Итого завтрак	622	14,8	15,9	81,3	490,2		100,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		



Согласовано
директор МКУОС Кухня-Постовой СМ
Кухня-Постовой А.В.1



Утверждено
директор ООО Бизнес-Консалтинг
№1 /Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал		
						12-18 лет	12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Неделя 2/ день 7 Вторник

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	100	1,12	0,2	3,6	22	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	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	15
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов без сахара	200	0,5	0	9,82	41,28	15
702/2010м	хлеб ржаной	50	2,80	0,55	24,70	76,63	3,32
	Итого завтрак	620	18,14	18,80	78,09	517,33	100,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



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



Согласовано:
Директор МУБУ Клетно-Житовой СЦ
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена руб/ли
			Б	Ж	У	ккал	12-18 лет	
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

Неделя 2/ день 8 Среда

70/71/2017м	овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	20
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	180	9,95	7,56	43,20	280,44	20
54-3гн/2022н	чай с лимоном без сахара	200	0,3	0	3,58	15,52	12
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
	Итого завтрак	610	22,66	20,65	69,06	528,64	100,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано:

директор МКОУ Клетско-Тюховецкой СШ

В.В. Виноградов



Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

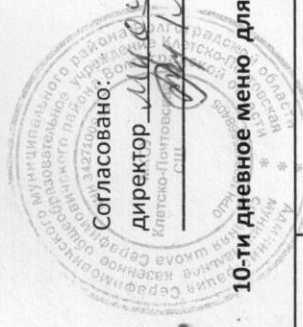
Е.Ю. Кортоножко

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б	Ж	У	ккал	12-18 лет	
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		12-18 лет	

Неделя 2/ день 9 Четверг

131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	100	2,25	1,97	13,20	64,20		25
77-2/2022/								
332/2017м	биточки, котлеты куриные из п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	7,07	147,85		40
145/2017м	картофель тушеный с луком	180	4,43	5,20	17,52	136,19		20
54-1гн/2022н	чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,4		12
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98		3,32
	Итого	630	18,74	18,83	52,71	395,62		100,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		



Согласовано: М.В. Сучков Клетско-Польский СЦ
директор М.В. Сучков Клетско-Польский СЦ
Клетско-Польский СЦ

Утверждено: М.В. Сучков Бизнес Консалтинг
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Клетско-Польский СЦ

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена рубли
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет	ккал	12-18 лет	
1	2							

Неделя 2/ день 10 Пятница

67/2017	винегрет овощной	100	1,30	4,50	7,70	76,00	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	180	6,48	5,88	39,35	236,16	15
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	45,98	3,32
54-3гн/2022н	чай с лимоном без сахара	200	0,3	0	3,58	15,52	12
	Итого завтрак	615	22,59	23,68	75,72	582,79	100,32
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	Всего за 10 дней	6 259,00	197,59	206,31	748,49	5 304,77	
	Средний суточный рацион	625,9	19,76	20,63	74,85	530,48	

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--	-----	---------	-------	------------	---------