

Согласовано
директор



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) школьников возрастной группы 12-18 лет

Перспективное



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

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе федерального бюджета учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г. - 275с

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

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

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

Согласовано:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг" **И.П. ДАНИЛОВ**



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

Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг" **Коргоножко Е.Ю.**



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

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	250	9,44	12,17	35,87	290,67	35
399/2017м	блинчики (оладьи) с молоком тушеным	70	4,80	4,78	14,26	119,26	25
54-21м/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,82	17
338/2017м	фрукт свежий (б/блоку)	200	4,08	3,54	17,58	118,6	25
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	3,32
	Итого завтрак	750	25,35	24,39	94,87	700,49	105,32
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласованно
директор



Утверждено
директор ООО "Византес Консалтинг"
Коргоножко Е.Ю.



105-тидневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 1/ день 2

47/2017 м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,7	5	8,45	87,5	25
77/1/2022							
54-Зсс/2022Н	котлета рыбная из п./ф. с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	42
125/2017М	картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	20,98	157,50	20
701/2010М	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	3,32
54-1хн/2022М	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81,2	15
	Итого завтрак	600	19,90	20,14	70,62	553,24	105,32
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:
директор _____



30-дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
И.О. КОРТОНОЖКО



Неделя 1/ День 3

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 12-18 лет	Цена руб/шт
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет		
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец.)	100	1,17	0,2	3,6	22	25
77-2/2022/	биточки , котлеты куриные на п.ф с соусом 100/20	120	10,18	11,33	10,07	182,97	45
332/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	20
203/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
54-Эн/2022м	чай с сахаром и лимоном	50	3,95	0,5	24,15	116,90	3,32
701/2010м	хлеб пшеничный	620	20,95	16,93	81,20	562,19	105,32
	Итого	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%						

Согласовано:
Директор _____



Утверждено
Директор ООО 'Бизнес Консалтинг' _____
/Коргоножко Е.Ю./

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

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

Неделя 1/ день 4

54-16к/2022н	каша молочная "Дружба"	250	9,80	11,52	49,38	340,00	40
3/2017н	бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,69	8,38	19,38	180,27	25
338/2017н	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25
701/2010н	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	640	19,46	20,60	103,43	679,79	105,32
	Норма заплата по СанПин 20% - 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:
директор _____



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

Утверждено
директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоиникко Е.Ю.



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

Неделя 1 / День 5

52/2017м	свежая отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,27	92,8	25
458/2002г	гречка по купечески с маслом	250	16,50	22,25	37,50	416,25	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	600	22,01	28,91	97,80	740,55	105,32
Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% + 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Сотласованно
 МЕРСКОЕ СП
 Директор
 Н. ДАНИЛОВ



10-тидневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

Неделя 2/ день 6

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/g/			Энергет. ценность ккал 12-18 лет	Цена руб/ли
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет		
182/2017М	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	9,06	12,82	38,12	291,67	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-Эн/2022Н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
	Итого завтрак	635	20,1	22,5	93,6	647,5	105,32
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано
директор



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



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

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

Неделя 2 / день 7

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	макаронны 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	600	17,71	18,55	77,86	550,76	105,32
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-580	

Согласовано:

Директор: **МКОУ «Центр для детей-инвалидов «СШ №1»**



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

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

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

Неделя 2 / День 8

70/71/2017м	овоши по сезону натуральные в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	25
77-6/2022	котлеты мясокрупные 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-Эпн/2022м	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	3,32
	Итого завиток	630	24,93	20,82	85,39	627,56	105,32
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:
Директор



«Бизнес Консалтинг»
Общество с ограниченной
ответственностью
Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Мортоножко Е. Ю.

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

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	12-18 лет				Цена рубли
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
1						

Неделя 2 / День 9

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	10,07	182,97	45
145/2017м	картофель тушеный с луком	180	4,43	5,20	17,52	136,19	20
54-2гм/2022м	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38	12
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	3,32
	Итого	650	21,01	19	75,32	542,64	105,32
Норма завтрака по СанПин 20% 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано: 
 М. А. Короножко
 Директор

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



№ п/п	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 12-18 лет	Цена руб/ли
			Б	Ж	У		

Неделя 2/ День 10

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	20
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	3,32
54-Энч/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	12
	Итого завтрак	635	24,86	23,85	92,05	681,71	105,32
	Норма завтрака по СанПиН 20%± 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	Всего за 10 дней	6360,00	216,30	215,71	872,16	6286,44	
	Средний суточный рацион	636	21,63	21,57	87,22	628,64	

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

650	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
-----	---------	-------	------------	---------